

**PEMBINAAN MENTAL UNTUK
MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSI
PRAJURIT TNI AL DALAM PENDEKATAN
BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DI
MARKAS KIMAL KOTABUMI
LAMPUNG UTARA**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

**Oleh :
Rita Sahara
NPM. 1741040083**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1443 H/2021 M**

**PEMBINAAN MENTAL UNTUK
MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSI
PRAJURIT TNI AL DALAM PENDEKATAN
BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DI
MARKAS KIMAL KOTABUMI
LAMPUNG UTARA**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

**Oleh :
Rita Sahara
NPM. 1741040083**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Pembimbing I : Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si

Pembimbing II : Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1443 H/2021 M**

ABSTRAK

Dalam membentuk prajurit yang berkualitas, baik untuk dirinya, satuan dan agamanya, diadakan program pembinaan mental. Dalam pembinaan mental di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara ini merupakan kegiatan yang meningkatkan kepribadian untuk lebih baik lagi dari sikap, psikomotorik, perilaku dan emosi agar bisa menyesuaikan diri sendiri dengan orang lain dengan sesuatu yang positif dan meningkatkan kesadaran kepada Allah SWT. Pembinaan mental terbentuk karena adanya prajurit yang mengalami penurunan sikap mental dalam dirinya yang menyangkut kestabilan emosi prajurit. Penelitian ini penulis meneliti 3 orang prajurit TNI AL dan 2 orang TNI AL sebagai Pabintal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) pembinaan mental dalam meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL; 2) faktor pendukung dan penghambat pembinaan mental dalam meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL.

Metode penelitian yang digunakan pendekatan kualitatif, yaitu penelitian yang dilakukan secara langsung kepada subjek yang diteliti, bersifat deskriptif, untuk mendapatkan data-data dari permasalahannya. Sumber data untuk penelitian ini di dapatkan dari beberapa narasumber di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi, dengan teknik analisis data adalah reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian dapat diketahui bahwa Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara ditempuh melalui 3 aspek pembinaan mental, yaitu pembinaan mental rohani Islam (Bimrohis), pembinaan mental ideologi kebangsaan (Bintalid), dan pembinaan mental tradisi kejuangan (Bintra Juang). Ketiga aspek pembinaan mental tersebut di internalisasikan melalui jalur pembinaan mental dalam meningkatkan kestabilan emosi yang membentuk watak dan kepribadian prajurit, sehingga dapat memiliki mental yang sehat dan kuat dalam meningkatkan kestabilan emosinya. Faktor

pendukung dan penghambat yaitu: 1) faktor pendukung: adanya dukungan dari pimpinan, jiwa religius anggota TNI AL itu sendiri, kerukunan hidup antar umat beragama dan lingkungan militer yang disiplin. 2) faktor penghambatnya: perbedaan karakter dan kepribadian antar anggota TNI AL, pengaruh lingkungan yang tidak sesuai dengan jiwa TNI AL dan tidak adanya struktur organisasi pembinaan mental.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling Islam, Kestabilan Emosi dan Pembinaan Mental



ABSTRACT

In forming quality soldiers, both for himself, his unit and religion, a mental development program is held. Mental development at the Kimal Headquarters, Kotabumi, North Lampung, is an activity that improves personality for the better in terms of attitudes, psychomotor, behavior and emotions so that you can adjust yourself to others with something positive and increase awareness of Allah SWT. Mental coaching is formed because there are soldiers who experience a decrease in mental attitude in themselves regarding the emotional stability of soldiers. In this study, the authors examined 3 Indonesian Navy soldiers and 2 Indonesian Navy soldiers as Pabintal. This study aims to determine: 1) mental development in improving the emotional stability of Indonesian Navy soldiers; 2) factors supporting and inhibiting mental development in improving the emotional stability of Indonesian Navy soldiers.

The research method used is a qualitative approach, namely research conducted directly on the subject under study, is descriptive in nature, to obtain data from the problem. Sources of data for this study were obtained from several sources at the Kimal Headquarters, Kotabumi, North Lampung. Data collection is done through interviews, observation and documentation, with data analysis techniques are data reduction, data presentation and drawing conclusions.

The results of the research can be seen that Mental Development to Improve Emotional Stability of Indonesian Navy Soldiers in the Islamic Guidance and Counseling Approach at the Kimal Headquarters, Kotabumi, North Lampung, is pursued through 3 aspects of mental development, namely Islamic spiritual mental development (Bimrohis), mental development of national ideology (Bintalid). , and mental development of the fighting tradition (Bintra Juang). The three aspects of mental development are internalized through mental coaching pathways in increasing emotional stability that shape the character and personality of soldiers, so that they can have a healthy and strong mentality in

increasing their emotional stability. The supporting and inhibiting factors are: 1) supporting factors: the support from the leadership, the religious spirit of the Indonesian Navy members themselves, inter-religious harmony and a disciplined military environment. 2) inhibiting factors: differences in character and personality between members of the Navy, environmental influences that are not in accordance with the spirit of the Navy and the absence of an organizational structure for mental development.

Keywords: *Islamic Guidance and Counseling, Emotional Stability and Mental Development*



SURAT PERNYATAAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rita Sahara
Npm : 1741040083
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara”** adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat di maklumi.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bandar Lampung, 21 September 2021

Penulis



Rita Sahara
NPM. 1741040083



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung 35131, Telp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan
Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan
dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi
Lampung Utara
Nama : Rita Sahara
NPM : 1741040083
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si **Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I**
NIP. 196104091990031002 **NIP. 197209211998032002**

Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Dr. Mubasit, S. Ag., MM
NIP.19197311141998031002



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung 35131, Telp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara”**, disusun oleh: **Rita Sahara, NPM: 1741040083**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Islam**, telah di Ujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung, pada Hari/Tanggal: **Kamis, 30 September 2021**, Waktu: **08.30-10.00 WIB**, Tempat: **Via Google Meet (Online)**.

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua : Dr. Mubasit, S.Ag., MM

Sekretaris : Umi Aisyah, M.Pd.I

Penguji I : Prof. Dr. H. M. Nasor, M.Si

Penguji II : Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si

Penguji III : Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I



**Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si
NIP. 196104091990031002

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.”

(QS. Ar-Ra'd: 11)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT atas rencana yang begitu indah untuk penulis. Penulis yakin semua akan tercapai jika kita mau berusaha dan selalu percaya kepada-Nya. Tak lupa shalawat dan salam atas Baginda Nabi Muhammad SAW, semoga Syafa'at Beliau selalu menyertai penulis di dunia dan akhirat. Aamiin.

Dengan segenap kerendahan hati dan rasa syukur, penulis persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang senantiasa mendukung dan membantu mendoakan dengan ikhlas disetiap langkah proses perjuangan penulis menyelesaikan skripsi ini. Penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku, Bapak Sahidi dan Ibu Rasminah, dua insan tersayangku, sebagai orang tua kandungku yang senantiasa selalu menyayangiku, mendidik, membimbingku tanpa ada kata lelah, memberiku motivasi untuk selalu bisa menghadapi semua masalah, yang telah menjadi penyemangat utamaku dalam menyelesaikan setiap rangkaian proses perjuangan dalam hidupku, terutama dalam menyelesaikan skripsi ini. Jazakumullahu bi ahsanil jaza' untuk kedua orang tuaku. Semoga Allah SWT senantiasa memuliakan kalian, baik di dunia maupun di akhirat kelak.
2. Kakakku Ari Cahyadi dan istrinya Dian Fitria, yang telah banyak memberiku motivasi baik secara langsung maupun tidak sebagai bentuk dukungan untukku menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa menyayangi dan menjaga kalian.
3. Sahabat-sahabatku Rotio and The Genk yaitu: Riska Noviyanti, Rotio Siregar, Siti Hamsyah Kholidyah, Windi Astri Dewi, dan Yuyun Pujiati, yang selalu ada untuk menemani, mendukung dan memberikan semangat dalam penyelesaian skripsi ini. Sahabatku masa SMK The Kadek Blo'on yaitu: Amaliah, Fitria, Setia Wati, Sri Wahyuni, dan Tia Armeliana. Dan juga sahabat kecilku Puji Lestari. Semoga kalian semua selalu diberikan kesehatan dan bisa segera menggapai impian kalian masing-masing.
4. Teman-teman Kosan Anisa Risqi Romadhona, Dian Estu Rahayu, Rizky Trinanda Lestari, dan Tika Ayu Septiani, yang telah membantu, menemani dan memberikan motivasi, semoga kalian sukses selalu.

5. Kekasihku Wahyu Hidayat, seseorang yang telah memberikan dukungan yang luar biasa dan selalu menjadi penyemangatku sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.
6. Teman-teman seperjuangan jurusan Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2017 khususnya kelas C. Terimakasih atas support, kerja sama dan informasinya. Semoga Allah meridhoi perjuangan kita selama kuliah di UIN Raden Intan Lampung.
7. Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, di mana tempat penulis mendapatkan ilmu dan pengalaman yang tak terhingga, mendewasakan diri dalam berfikir dan bersikap, memperkaya intelektual dan relasi.
8. Semua pihak yang terlibat dan tidak dapat disebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terimakasih atas doa dan dukungannya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini. Hanya ucapan terimakasih dan doa yang dapat penulis berikan, kritik dan saran selalu terbuka untuk menjadi kesempurnaan di masa yang akan datang. Sedikit pun harapan semoga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kepentingan pendidikan. Aamiin.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap penulis adalah Rita Sahara, penulis dilahirkan di Desa Madukoro, Kec. Kotabumi Utara, Kab. Lampung Utara pada tanggal 12 Oktober 1999. Penulis merupakan anak kedua dari dua bersaudara, buah hati dari pasangan Bapak Sahidi dan Ibu Rasminah. Riwayat pendidikan formal yang penulis jalani adalah:

1. TK Nurul Huda, Kotabumi, lulus pada tahun 2005
2. SD Negeri 1 Madukoro, Kotabumi, lulus pada tahun 2011
3. SMP Negeri 6 Kotabumi, lulus pada tahun 2014
4. SMK Negeri 2 Kotabumi, lulus pada tahun 2017

Selanjutnya pada tahun 2017 penulis melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. Penulis pernah mengikuti organisasi Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII) Komisariat Dakwah UIN Raden Intan Lampung.

Bandar Lampung, 21 September 2021
Penulis

Rita Sahara
NPM. 1741040083

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil 'Alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, taufik, hidayah serta inayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara”.

Sholawat serta salam semoga selalu terlimpahkan kepada khotamul ambiya'sayyidina Muhammad SAW, keluarganya, sahabat-sahabatnya serta seluruh umat manusia yang selalu mengikuti ajaran dan sunnah-sunnahnya.

Penulisan Skripsi ini bertujuan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, dukungan, doa dan bantuan yang diberikan dari berbagai pihak. Oleh karenanya dengan seluruh kerendahan hati dan rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Bapak Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan juga selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan dan waktunya.
3. Bapak Dr. Mubasit, S.Ag, MM selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Raden Intan Lampung.
4. Ibu Umi Aisyah, M.Pd.I selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Raden Intan Lampung.
5. Ibu Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I selaku Pembimbing II yang dengan sabar telah menyempatkan waktu dan tenaganya untuk membimbing dan memberikan masukan serta arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah mendidik dan memberikan ilmu

pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

7. Staf Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung, dan Staff Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah membantu penulis dalam mencari referensi guna menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak Letkol Laut (PM) Muhammad Firdaus, S.H., M.H. selaku Kakimal Lampung yang telah berpartisipasi dalam membantu penulis dalam menyelesaikan dan memfasilitasi kegiatan penelitian.

Semoga semua bantuan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan ridho dan sekaligus sebagai catatan amal ibadah dari Allah SWT. Aamiin Ya Robbil 'Alamiin.

Penulis menyadari penelitian ini masih terbatasnya ilmu, pemahaman, dan teori penelitian yang penulis miliki, oleh karenanya kepada para pembaca kiranya dapat memberikan masukan dan saran-saran yang sifatnya membangun. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya. Aamiin Ya Robbal 'Alamiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bandar Lampung, 21 September 2021
Penulis

Rita Sahara
NPM. 1741040083

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERNYATAAN	vi
HALAMAN PERSETUJUAN	vii
HALAMAN PENGESAHAN	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN	x
RIWAYAT HIDUP	xii
KATA PENGANTAR	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Fokus dan sub-Fokus Penelitian	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan (Studi Pustaka)	9
H. Metode Penelitian	12
I. Sistematika Pembahasan	20

BAB II PEMBINAAN MENTAL, KESTABILAN EMOSI DAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

A. Pembinaan Mental	23
1. Pengertian Pembinaan Mental	23
2. Tujuan Pembinaan Mental	28
3. Metode Pembinaan Mental	29
4. Asas-asas Pembinaan Mental	31
5. Faktor Pendukung dan Penghambat Pembinaan Mental	34
B. Kestabilan Emosi	37
1. Pengertian Kestabilan Emosi	37
2. Aspek-aspek dalam Kestabilan Emosi	44

3. Faktor yang Mempengaruhi Kestabilan Emosi	46
C. Bimbingan dan Konseling Islam	47
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam	47
2. Tujuan, Fungsi dan Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam	49
3. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam	53

BAB III MARKAS KIMAL KOTABUMI LAMPUNG UTARA DAN PEMBINAAN MENTAL PRAJURIT TNI AL

A. Gambaran Umum Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara	59
1. Sejarah Singkat Markas Kimal	59
2. Letak Geografis Markas Kimal	62
3. Visi Misi, Tujuan dan Tugas Markas Kimal	63
4. Daftar Personel TNI AL Markas Kimal	64
5. Struktur Organisasi Markas Kimal	67
B. Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara	68
1. Pembinaan Mental Prajurit TNI AL	72
2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pembinaan Mental Prajurit	80

BAB IV PEMBINAAN MENTAL UNTUK MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSI PRAJURIT TNI AL DALAM PENDEKATAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DI MARKAS KIMAL KOTABUMI LAMPUNG UTARA

A. Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara	87
B. Faktor Pendukung dan Penghambat Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara	93

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	99
B. Saran	101

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel

Halaman

1. Sample dalam Penelitian	15
2. Daftar Personel Militer Kimal Lampung	64
3. Daftar Personel PNS Kimal Lampung	66
4. Struktur Organisasi Markas Kimal Lampung	67



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Dokumentasi Hasil Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Prasurvey dari Kampus
- Lampiran 3 : Surat Izin Penelitian dari Kesbangpol Lampung Utara
- Lampiran 4 : Surat Balasan Izin Penelitian dari Kimal Lampung
- Lampiran 5 : Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Perubahan Judul
- Lampiran 7 : Pedoman Wawancara
- Lampiran 8 : Surat Keterangan Wawancara



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalah pahaman dalam memahami judul skripsi ini, maka penulis perlu untuk memberikan penegasan, pengertian, serta istilah yang terdapat pada judul skripsi yaitu “Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara” dengan penegasan sebagai berikut:

Pembinaan adalah suatu tindakan, proses, hasil, atau pernyataan menjadi lebih baik.¹ Sedangkan mental adalah kondisi jiwa yang terpantul dalam sikap seseorang terhadap berbagai situasi dan kondisi yang dihadapinya.² Menurut Zamaluddin Bukhari pembinaan mental merupakan pembinaan tingkah laku yang sesuai dengan ukuran-ukuran (nilai-nilai masyarakat), yang timbul dari hati yang disertai pula oleh rasa tanggung jawab atas tindakan tersebut.³ Jadi yang dimaksud dalam pembinaan mental adalah usaha untuk memperbaiki dan memperbarui suatu tindakan atau tingkah laku seseorang melalui bimbingan mental/jiwanya sehingga memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang terpuji dan bertanggung jawab dalam menjalani kehidupannya.

Menurut Hurlock kestabilan emosi adalah keadaan yang tidak berubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati

¹ Miftah Toha, *Perilaku Organisasi, Konsep Dasar dan Aplikasinya* (Jakarta: CV. Rajawali, 2010), 7.

² Mabes ABRI, *Himpunan Istilah Pembinaan Mental ABRI* (Jakarta: Pusat Pembinaan Mental ABRI, 1990), 4.

³ Zamaluddin Bukhari, *Kedudukan Agama dalam Keluarga Masa Depan* (Jakarta: Sinar Harapan, 1990), 76.

lain dalam periode sebelumnya.¹ Menurut Meitasari Tjandrasa & Muslichah Zarkasih kestabilan emosi dapat diartikan keseimbangan emosi yaitu dominasi emosi yang tidak dapat menyenangkan, dapat dilawan sampai pada batas tertentu dengan emosi yang menyenangkan dan sebaliknya.² Jadi yang dimaksud kestabilan emosi adalah suatu kondisi seorang individu yang dapat mengontrol diri dengan memiliki keseimbangan yang baik dan mampu untuk menghadapi segala sesuatu dengan kondisi emosi yang tetap sama.

Prajurit TNI AL adalah anggota Tentara Nasional Indonesia Angkatan Laut. TNI AL yaitu salah satu cabang angkatan perang dan merupakan bagian dari Tentara Nasional Indonesia (TNI) yang bertanggung jawab atau operasi pertahanan negara Republik Indonesia di laut.³ Jadi yang dimaksud prajurit TNI AL di sini adalah seluruh prajurit Tentara Nasional Indonesia Angkatan Laut (TNI AL) yang berada di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara.

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanannya dan keyakinannya serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan Al-Qur'an dan Hadits.⁴ Jadi yang dimaksud Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan secara sistematis terhadap individu agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah yang dimilikinya secara optimal dengan cara mengaplikasikan nilai-nilai yang

¹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)* (Jakarta: Erlangga, 1980), 213.

² Meitasari Tjandrasa & Muslichah Zarkasih, *Perkembangan Anak* (Jakarta: Erlangga, 1999), 229.

³ WIKIPEDIA, "Tentara Nasional Indonesia Angkatan Laut", [id.m.wikipedia.org](https://id.wikipedia.org/wiki/Tentara_Nasional_Indonesia_Angkatan_Laut), https://id.wikipedia.org/wiki/Tentara_Nasional_Indonesia_Angkatan_Laut (Diakses pada 2 Februari 2021, 09:00)

⁴ Erhamwilda, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), 99.

ada di dalam Al-Qur'an dan Hadits, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Markas Kimal Lampung Utara adalah markas daerah militer Tentara Nasional Indonesia Angkatan Laut yang berada di Jl. Yos Sudarso, Desa Madukoro, Kecamatan Kotabumi Utara, Kabupaten Lampung Utara. Markas Kimal Lampung ini memiliki peran sebagai satuan yang siap untuk dioperasikan setiap saat sesuai dengan tuntutan tugas pokok yang diemban salah satunya yaitu menyiapkan daerah penerimaan bagi anggota TNI AL yang dimukimkan kembali dari petunjuk Kabilurjalbar.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud dalam judul penelitian ini adalah suatu usaha untuk membimbing tingkah laku prajurit TNI AL dalam mengembangkan potensi atau fitrah yang dimiliki secara optimal untuk meningkatkan kestabilan emosinya. Sehingga dapat memiliki keseimbangan dalam mengontrol diri yang baik dan mampu untuk menghadapi segala sesuatu dengan kondisi emosi yang tetap sama selama menjalankan tugas sebagai anggota TNI AL di Markas Kimal Lampung.

B. Latar Belakang Masalah

Suatu kebanggaan bahwa kemerdekaan bangsa Indonesia bukan hasil dari pemberian atau hadiah dari bangsa lain, melainkan hasil dari perjuangan dan pengorbanan oleh seluruh rakyat Indonesia yang berusaha untuk memerdekakan Indonesia dari tangan para penjajah. Selain rakyat, di balik kemerdekaan Indonesia juga ada peran penting TNI yang berpegang teguh pada jati dirinya. Jati diri tersebut merupakan kode etik (pedoman hidup) TNI. Pedoman hidup itu harus dijunjung tinggi oleh para TNI, baik dalam kegiatan pribadi maupun dalam menjalankan tugasnya. Tentara Nasional Indonesia adalah salah satu bagian dari Angkatan Bersenjata Republik Indonesia yang bertanggung jawab atas operasi pertahanan Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI).

Keputusan Panglima TNI Nomor 2 /I/2007 Tentang Doktrin TNI Tri Dharma Eka Karma dalam Bab VI yang menyangkut Pembinaan personel TNI dengan jelas disebutkan bahwa pembinaan personel TNI dalam rangka mewujudkan pembinaan kekuatan TNI dilakukan melalui pembinaan mental. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut diperlukan pembinaan yang sangat di nanti oleh TNI mengingat tugas pokok TNI yang sangat berat yaitu menegakkan kedaulatan Negara, mempertahankan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia berdasarkan Pancasila dan UUD 1945, serta melindungi segenap bangsa Indonesia dari ancaman dan gangguan terhadap keutuhan bangsa dan Negara.⁵

Menurut Keputusan Wakil Kepala Staf TNI AL (Wakasal) menghimbau para Komandan/Pimpinan/Perwira atasan agar lebih meningkatkan kepedulian terhadap prajurit TNI AL dengan memberikan perhatian khusus dan melaksanakan fungsi serta tanggung jawabnya khususnya dalam aspek pembinaan mental prajurit guna menjaga mental, sikap dan kepribadian prajurit bawahannya agar sesuai dengan Sapta Marga, Sumpah Prajurit, Delapan Wajib TNI dan Trisila TNI AL. Kegiatan ini untuk menghimpun berbagai gagasan dan konsep membangun komunikasi yang efektif dalam rangka mewujudkan kebijakan KASAL di bidang pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM) TNI AL yang unggul. Hal ini bertujuan untuk mewujudkan TNI AL yang profesional, modern, dan tangguh.

Pembinaan mental sangat berpengaruh terhadap pembentukan keperibadian manusia. Dalam pembinaan tersebut, terdapat norma-norma dan nilai-nilai yang mengatur tingkah laku manusia dalam masyarakat. Kepribadian tidak dapat dipahami terlepas dari nilai dan norma-norma kebudayaan tersebut karena hakekatnya keperibadian adalah susunan dari aturan dari tingkah laku sebagai bentuk manifestasi kepribadian dapat dikatakan normal atau

⁵ Keputusan Panglima TNI Nomor 2/I/2007, *Tentang Doktrin TNI Tri Dharma Eka Karma*, Bab VI Nomor 30 huruf b point 3.

abnormal tergantung pada kesesuaiannya dengan norma-norma kebudayaan dari masyarakat.⁶ Tanpa pembinaan sama sekali, kiranya tidak mungkin manusia tidak dapat menentukan jalannya menuju yang benar dan lurus, mengingat proses perkembangan hidup manusia tidak selamanya berada dalam kelancaran dan kelengkapan. Begitu juga dengan prajurit TNI yang mana sejak awal pendidikan mereka sudah diberikan pembinaan mental dengan satu tujuan untuk membentuk, memelihara, meningkatkan serta memantapkan mental anggota TNI berdasarkan Pancasila, Sumpah Prajurit, Sapta Marga, dan Delapan Wajib TNI.

Prajurit merupakan manusia biasa yang diharapkan memiliki mental yang sehat dan kuat. Walaupun mereka berkepribadian yang dianggap tinggi dengan pendidikan mentalnya, tetapi tidak bisa dipungkiri bahwa mereka juga manusia biasa yang bisa melakukan kesalahan. Orang yang memiliki kesehatan mental yang baik sekalipun tidak bisa bebas dari kesalahan. Oleh karena itu, TNI sangat membutuhkan pembinaan mental agar mental mereka tetap kuat, kokoh dan stabil. Menjadi anggota prajurit TNI harus memiliki tanggung jawab yang besar kepada negara, maka semua prajurit TNI diharapkan dapat memiliki tanggung jawab terhadap dirinya sendiri salah satunya adalah memiliki mental yang kuat dan sehat.

Mental yang kuat dan sehat berpengaruh terhadap kestabilan emosi yang sangat erat kaitanya dengan kematangan emosi, dimana Harlock mendefinisikan kematangan emosi sebagai individu yang memiliki kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapinya. Kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya dan orang lain, selain itu dapat menyatakan emosinya secara konstruktif dan

⁶ M. Arifin, *Psikologi Dakwah Suatu Pengantar Studi* (Jakarta: Bumi Aksara, 1999), 123.

kreatif.⁷ Pembinaan mental menuju kestabilan emosi sendiri merupakan usaha untuk memperbaiki suatu tindakan atau tingkah laku prajurit melalui bimbingan mental/jiwanya untuk menuju keadaan emosi yang stabil atau mudah bergerak dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Pembinaan mental prajurit TNI AL di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara adalah kegiatan dalam pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi kepada seluruh prajurit yang dilakukan secara terjadwal dan dilakukan oleh Pabintal (Perwira Pembina Mental). Pembinaan mental tersebut dilakukan melalui 3 aspek pembinaan mental yaitu pembinaan mental rohani Islam, pembinaan mental ideologi kebangsaan dan pembinaan mental tradisi kejuangan. Pembinaan mental ini menjadi kewajiban dan kebutuhan prajurit dalam melaksanakan tugas negara. Karena dalam mengembangkan tugas melindungi negara adalah bagian dari jiwa mereka, sepatutnya mendapat pembinaan agar dapat berjalan mulus dan sesuai dengan peraturan yang ada, sehingga tugas berjalan dengan lancar.

Secara umum kondisi mental prajurit TNI AL Kimal Lampung pada saat ini masih menunjukkan sikap dan pengabdian yang tinggi, namun masih ada prajurit yang kurang menghayati dan mengamalkan nilai-nilai Sapta Marga, Sumpah Prajurit, Delapan Wajib TNI dan Trisila TNI AL dalam dirinya ketika menjalankan tugas dan kehidupan sehari-hari. Sehingga prajurit mengalami penurunan sikap mental dalam dirinya dan jika hal tersebut dibiarkan akan berdampak pada kinerja prajurit.

Pernyataan diatas diperkuat dari hasil wawancara dengan Perwira Kimal Lampung Kapten Laut (KH) Badra Bagsana. “Prajurit TNI AL Markas Kimal Lampung pada umumnya memiliki mental yang baik, karena memang mental TNI itu sudah dibentuk sejak awal mereka pendidikan. Akan tetapi tidak bisa dipungkiri bahwa mereka juga manusia biasa yang

⁷ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)* (Jakarta: Erlangga, 1980), 212.

memiliki kepribadian dan warna emosi yang bisa berubah kapan saja, sehingga dapat mengakibatkan terjadinya penurunan sikap mental prajurit. Penurunan sikap mental prajurit diindikasikan dengan munculnya fenomena-fenomena yang menunjukkan perilaku yang tidak sesuai dengan Sapta Marga, Sumpah Prajurit, Delapan Wajib TNI dan Trisila TNI AL. Perilaku tersebut yaitu prajurit yang terlalu pasif, emosional, kurang disiplin dan kurang tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan”.⁸

Hal yang sama juga disampaikan oleh Pembina Sertu Bama Agus Susanto. “Penurunan sikap mental prajurit adalah sebagai gangguan mental, jika dibiarkan akan berdampak pada kinerja prajurit yang pada akhirnya mengganggu dan menghambat kelancaran tugas TNI AL dalam menjaga kedaulatan negara. Dengan adanya penurunan sikap mental prajurit maka pembinaan mental wajib dilaksanakan secara terus-menerus dan berlanjut. Pembinaan mental prajurit sebagai upaya membangun komunikasi yang harmonis antar personel TNI AL sesuai dengan hierarki”.⁹

Pembinaan mental prajurit yang terpadu menjadi sangat penting dalam rangka menjaga tegaknya nilai-nilai dan jati diri sebagai prajurit TNI AL. Untuk meningkatkan dan menjaga kestabilan emosi prajurit TNI AL supaya tetap terkontrol dengan baik, maka Markas Kimal Lampung mengadakan kegiatan pembinaan mental bagi seluruh prajuritnya agar mampu menjadi prajurit pejuang yang professional sekaligus berakhlak mulia, mampu menjadi teladan bagi keluarga, teman dan masyarakat yang berada di lingkungannya, dan juga terampil dibidang profesinya serta memiliki ketahanan fisik sesuai dengan lingkungan penugasannya sehingga mampu mengemban tugas dengan baik di dalam situasi apapun.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, penulis merasa terdorong untuk melakukan penelitian guna mengetahui lebih

⁸ Kaptan Laut (KH) Badra Bagsana, *Wawancara*, 25 Januari 2021.

⁹ Sertu Bama Agus Susanto, *Wawancara*, 25 Januari 2021.

mendalam tentang pembinaan mental prajurit TNI, selengkapnya dengan judul “Pembinaan Mental untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Prajurit TNI AL dalam Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara”.

C. Fokus dan Sub-Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penelitian ini difokuskan pada pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara. Pembinaan mental tersebut antara lain pembinaan mental rohani Islam (Binrohis), pembinaan mental ideologi kebangsaan (Bintalid), dan pembinaan mental tradisi kejuangan (Bintra Juang) serta faktor pendukung dan penghambat dalam pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara?
2. Apa faktor yang mendukung dan menghambat pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan

bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara.

2. Untuk mengetahui faktor yang mendukung dan menghambat pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat atau kegunaan kepada siapa saja yang membacanya, adapun kegunaan penelitian ini adalah:

1. Segi teoritis, penelitian ini diharapkan dapat melengkapi dan memperkaya penelitian bimbingan dan konseling Islam tentang pembinaan mental prajurit TNI AL untuk meningkatkan kestabilan emosi dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara.
2. Secara akademik, penelitian ini bertujuan untuk memberikan sumbangsih pengetahuan bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling Islam.
3. Secara praktis, penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi praktisi Konseling, mahasiswa secara umum sebagai referensi pengetahuan dan melaksanakan suatu kegiatan pembinaan di manapun dan dapat dijadikan acuan pembelajaran bagi mahasiswa.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan (Studi Pustaka)

Terkait dengan judul ini ada beberapa penelitian terdahulu yang penulis temukan sehubungan dengan judul yang penulis angkat, diantaranya yaitu:

1. Bambang Herianto Lubis (UIN Sumatera Utara Medan) Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Tahun 2019 dengan judul skripsi “Metode Bimbingan Rohani Islam Dalam Pembinaan Mental Prajurit TNI AD Rohis Kodam I Bukit

Barisan”. Penelitian yang dilakukan Bambang Herianto Lubis berfokus pada metode bimbingan rohani islam dalam pembinaan mental Prajurit TNI AD Rohis Kodam I Bukit Barisan.¹⁰

Dalam penelitian ini, membahas tentang metode bimbingan rohani Islam dalam pembinaan mental prajurit, proses pembinaan mental terhadap para prajurit, hambatan pembimbing dalam pembinaan mental prajurit dan cara penanggulangannya serta keberhasilan bimbingan rohani Islam dalam pembinaan mental prajurit TNI AD Kodam I Bukit Barisan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: a. Metode yang digunakan pembimbing dalam melaksanakan setiap kegiatan adalah metode tanya jawab, ceramah agama dan konseling yang mana termasuk kedalam ceramah agama pembinaan mental rohani, pembinaan mental idiologi dan pembinaan mental juang, b. Pembuatan rencana, pengumpulan data dan informasi, prosesnya sangat sistematis dari atasan sampai ke bawah dan juga terus menerus dilakukan oleh Rohis, c. Mengenai tingkat keberhasilan setelah dilakukannya bimbingan rohani dan pembinaan mental hampir 100% berhasil, di ukur dari jumlah pelanggaran yang ada dari ribuan atau pun ratusan prajurit sangat sedikit.

2. Dian Putra (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta) Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Tahun 2013 dengan judul skripsi “Analisis Pembinaan Mental Rohani Islam di TNI AD Komando Daerah Militer (Kodam) Jaya/Jayakarta Cawang”. Penelitian yang dilakukan Dian Putra berfokus pada metode pembinaan mental rohani islam di TNI AD Komando Daerah Militer (Kodam) Jaya/Jayakarta Cawang.¹¹

¹⁰ Bambang Herianto Lubis, “*Metode Bimbingan Rohani Islam Dalam Pembinaan Mental Prajurit TNI AD Rohis Kodam I Bukit Barisan*” (Skripsi, UIN Sumatera Utara Medan, 2019).

¹¹ Dian Putra, “*Analisis Pembinaan Mental Rohani Islam di TNI AD Komando Daerah Militer (Kodam) Jaya/Jayakarta Cawang*” (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013).

Dalam penelitian ini, membahas tentang gambaran pembinaan mental prajurit, proses penerapan pembinaan pada prajurit dalam membangun mental dan akhlak yang baik dan evaluasi tindakan pembinaan mental terhadap prajurit TNI AD Kodam Jaya/Jayakarta Cawang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: a. Penerapan pembinaan mental rohani Islam di Kodam Jaya hanya dilakukan oleh pihak Bintaldam dan Binrohis dengan pendidikan mental tanpa berbasis kurikulum dengan bersumberkan buku petunjuk pedoman pembinaan mental Kodam Jaya/Jayakarta Cawang dan referensi dari buku umum, b. Pembinaan rohani Islam Kodam Jaya diterapkan dengan jalan dakwah seperti ceramah agama, konsultasi permasalahan rumah tangga dari kalangan Militer, PNS dan pemanggilan anggota jika terlibat permasalahan pribadi dan dilaporkan kepada atasan dalam bentuk tulisan sebagai evaluasi, c. Evaluasi kegiatan pembinaan mental prajurit dengan mengadakan Sosiodrama dengan tujuan pembinaan rohani bagi para prajurit.

3. Nur Endah Setyowati (IAIN Walisongo Semarang) Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Tahun 2008 dengan judul skripsi “Pembinaan Mental Beragama Prajurit Batalyon Arhanudse-15 Kodam IV/Diponegoro”. Penelitian yang dilakukan Nur Endah Setyowati berfokus pada peran agama dan motivasi dalam pembinaan mental Prajurit Batalyon Arhanudse-15 Kodam IV/Diponegoro.¹² Dalam penelitian ini, membahas tentang kehidupan beragama prajurit, peran agama dalam pembinaan mental prajurit dan faktor penunjang dan penghambat dari pembinaan mental keagamaan prajurit TNI AD Batalyon Arhanudse-15 Kodam IV/Diponegoro. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: a. Kehidupan beragama dikalangan prajurit militer Batalyon Arhanudse-

¹² Nur Endah Setyowati, “Pembinaan Mental Beragama Prajurit Batalyon Arhanudse-15 Kodam IV/Diponegoro” (Skripsi, IAIN Walisongo Semarang, 2008).

15 terlihat sikap dan kedisiplinan sehari-hari dalam menjalankan ibadah hal ini diterapkan dan ditunjukkan melalui adanya kegiatan-kegiatan keagamaan yang wajib diikuti oleh semua anggota prajurit di Batalyon Arhanudse-15, b. Agama mempunyai peran yang sangat penting dalam menunjang tugas prajurit Batalyon Arhanudse-15 yaitu membentuk, memelihara dan meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan yang Maha Esa, sesuai dengan agama yang dianut oleh masing-masing prajurit untuk memelihara dan mempertinggi etika, moral dan budi pekerti sehingga mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawab sesuai dengan pedoman hidup prajurit TNI sejati, c. Faktor penunjang pembinaan mental di Batalyon Arhanudse-15 yaitu adanya Parois (perwira rohani Islam), adanya tempat ibadah masjid “Baitul Iman”, aula, adanya peraturan yang mewajibkan seluruh prajurit yang mengikuti kegiatan Binal. Sedangkan faktor penghambatnya yaitu masalah waktu dimana prajurit diharuskan untuk berlatih dan penugasan-penugasan yang dilakukan.

Dari 3 kajian pustaka diatas, penulis mendapatkan kesimpulan bahwa penelitian dalam skripsi ini mempunyai keaslian yang berbeda dengan kajian pustaka tersebut. Karena penelitian dalam skripsi ini berfokus pada pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara yang terdiri dari tiga bentuk pembinaan mental yaitu pembinaan mental rohani Islam (Binrohis), pembinaan mental ideologi kebangsaan (Bintalid), dan pembinaan mental tradisi kejuangan (Bintra Juang).

H. Metode Penelitian

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan kualitatif. Metode kualitatif yaitu

prosedur penelitian yang menghasilkan data-data deskriptif berupa kata-kata dalam bentuk tulisan maupun lisan dari individu dan perilaku yang diamati. Penelitian kualitatif berupaya menggambarkan fenomena sosial secara holistik (utuh) tanpa perlakuan manipulatif. Keaslian dan kepastian merupakan faktor yang sangat ditentukan.¹³

Dalam penelitian ini penulis berusaha memperoleh data yang sesuai dengan keadaan, gambaran serta realita yang ada di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara. Sehingga data yang diperoleh dapat dideskripsikan oleh penulis dengan objektif dan rasional sesuai kenyataan yang terjadi di lapangan.

b. Sifat Penelitian

Sifat penelitian ini adalah deskriptif, penelitian deskriptif yaitu suatu metode dalam meneliti suatu objek yang bertujuan membuat deskripsi gambaran atau lukisan secara sistematis dan objektif mengenai fakta-fakta, sifat-sifat, ciri-ciri, serta hubungan diantara unsur-unsur yang ada atau fenomena tertentu.¹⁴ Penelitian deskriptif ini digunakan untuk menggambarkan populasi yang sedang diteliti.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif, karena data-data yang disajikan berupa pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara.

¹³ Sayuti Ali, *Metodologi Penelitian Agama, Pendekatan Teori dan Praktek* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), 59.

¹⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998), 18.

2. Sumber Data

a. Data Perimer

Data perimer adalah sumber data yang didapatkan secara langsung dan dikumpulkan oleh peneliti yang terjun langsung kelapangan guna mendapatkan data secara langsung. Data tersebut didapat dengan teknik *purposive sampling*, *purposive sampling* adalah teknik mengambil sample dengan tidak berdasarkan random, daerah atau strata, melainkan berdasarkan atas adanya pertimbangan yang berfokus pada tujuan tertentu.¹⁵ Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sample memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sample-sample yang digunakan dalam penelitian ini.

Suharsimi Arikunto menjelaskan syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam menentukan sample berdasarkan tujuan tertentu, yaitu:

- 1) Pengambilan sample harus di dasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.
- 2) Subjek diambil sebagai sample benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi.
- 3) Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.¹⁶

Jumlah prajurit TNI AL Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara berjumlah 57 personel. TNI AL yang berpangkat perwira ada 4 personel, TNI AL yang

¹⁵ Sukardi, *Metodelogi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya* (Jakarta: PT Bumi Raksa, 2003), 64.

¹⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2014), 183.

berpangkat bintara ada 15 personel dan TNI AL yang berpangkat tamtama ada 38 personel.

Tabel 1
Sample dalam Penelitian

No	Sample	Kriteria Sample	Jumlah
1.	Prajurit	1. TNI AL yang berpangkat tamtama. 2. TNI AL yang berumur 40-50 tahun. 3. TNI AL yang sudah tugas di Kimal Lampung minimal 2-3 tahun. 4. TNI AL yang mengalami penurunan sikap mental dalam dirinya, seperti: a. Pasif b. Emosional c. Kurang disiplin	3 orang
2.	Pembimbing	1. TNI AL yang menempati jabatan perwira. 2. TNI AL yang diberikan tugas dan tanggung jawab oleh Kakimal sebagai pembimbing dalam pembinaan mental prajurit. 3. TNI AL yang paham dengan objek yang diteliti.	2 orang

Dalam hal ini penulis mengambil sample berdasarkan pengamatan dengan memilih kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti, sehingga ditemukan jumlah data primer 3 prajurit TNI AL dan 2 TNI AL Pabintal (Perwira Pembina Mental).

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang sudah ada, biasanya telah tersusun dalam bentuk dokumen. Data sekunder diperoleh dengan cara mengambil data dari

buku, jurnal, serta aturan-aturan yang terkait dengan judul penelitian.¹⁷ Adapun sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah dokumen-dokumen yang memperkuat hasil temuan dan melengkapi informasi yang telah dikumpulkan melalui wawancara sebelumnya.

3. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data yang diperlukan sebagai bahan pembahasan dan analisis dalam penelitian ini digunakan metode sebagai berikut:

a. Wawancara (*Interview*)

Wawancara (*Interview*) adalah teknik pengumpulan data dengan cara berkomunikasi, bertatap muka yang disengaja, terencana, dan sistematis antara pewawancara (*interviewer*) dengan individu yang diwawancarai (*interviewee*). Proses wawancara pada awalnya hanya dapat dilakukan melalui tatap muka, tetapi sejalan dengan perkembangan teknologi komunikasi, proses wawancara dapat dilakukan melalui jarak jauh, seperti melalui tele-conference, telepon, atau menggunakan telepon seluler dengan system three-G.¹⁸

Salah satu sumber informasi studi kasus yang sangat penting ialah wawancara atau interview. Wawancara bisa mengambil beberapa bentuk. Yang paling umum, wawancara studi kasus bertipe *open-ended*, dimana peneliti dapat bertanya kepada responden kunci tentang fakta-fakta suatu peristiwa disamping opini mereka mengenai peristiwa yang ada. Tipe wawancara yang kedua adalah wawancara terfokus, dimana responden diwawancarai dalam waktu yang pendek-satu jam misalnya. Tipe wawancara yang ketiga memerlukan

¹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2008), 137.

¹⁸ Gantina Komalasari, E. Wahyuni, dan Karsih, *Asesmen Teknik Nontes dalam Prespektif BK Komprehensif*, (Surabaya: INDEKS, 2011), 43.

pertanyaan-pertanyaan yang lebih terstruktur, sejalan dengan survei. Tipe survei ini akan meliputi prosedur sampling maupun instrumen seperti yang digunakan dalam survei umumnya, dan selanjutnya akan dianalisis dengan cara yang sama.¹⁹

Metode wawancara atau interview adalah sebagai tanya jawab lisan, yang mana dua orang atau lebih berhadap-hadapan secara fisik. Metode ini penulis gunakan sebagai metode pokok, yang dapat membantu penulis untuk mendapatkan informasi-informasi atau data-data yang dibutuhkan. Dari tiga tipe wawancara yang telah dijelaskan diatas, adapun wawancara yang penulis gunakan adalah tipe yang kedua, dimana penulis memerlukan pertanyaan-pertanyaan yang lebih berfokus pada inti permasalahan peneliti. Wawancara ini ditujukan kepada Pabintal yang ada Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara dengan tujuan untuk mencari data atau informasi-informasi tentang pelaksanaan pembinaan mental untuk membentuk kestabilan emosi prajurit TNI AL.

b. Observasi

Observasi merupakan alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat, menganalisa secara sistematis terhadap gejala, fenomena, objek yang diteliti. Sutrisno Hadi mengemukakan bahwa “observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis”. Dua diantaranya yang penting adalah proses pengamatan dan ingatan.²⁰ Metode ini digunakan penulis sebagai metode bantu untuk mengecek data yang diterima melalui interview.

¹⁹ Robert K. Yin, *Studi Kasus: Desain & Metode*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), 108.

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2010), 145.

Observasi dibagi menjadi dua bagian, observasi langsung dan observasi partisipan. Observasi langsung ialah kunjungan lapangan terhadap situs studi kasus atau observasi non-partisipan. Sedangkan observasi partisipan adalah suatu bentuk observasi khusus dimana peneliti tidak hanya menjadi pengamat pasif, melainkan juga mengambil beberapa peran dalam situasi tertentu dan berpartisipasi dalam peristiwa-peristiwa yang akan diteliti.²¹

Bukti observasi sering kali bermanfaat untuk memberikan informasi tambahan tentang topik yang akan diteliti. Penulis melakukan observasi di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara. Observasi yang penulis lakukan adalah observasi langsung atau non-partisipan, dimana penulis berlaku hanya sebagai pengamat dan tidak ikut berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan para subyek yang diamati. Observasi ini dilakukan untuk mencari data tentang pelaksanaan pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan cara mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, literature, prasasti, notulen rapat, agenda, dan website yang telah dianalisis yang relevansinya dapat dijadikan sebagai bahan penelitian.²² Dalam memanfaatkan dokumentasi sebagai data dalam penelitian ini tidak keseluruhan isi dokumentasi dimasukkan secara tertulis, akan tetapi diambilkan pokok isian yang perlu, sedangkan yang lainnya digunakan sebagai data pendukung dalam analisa.

²¹ Robert, *Studi Kasus: Desain & Metode*, 112-114.

²² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2014), 206.

Untuk studi kasus, penggunaan dokumen yang paling penting adalah mendukung dan menambah bukti dari sumber-sumber lain.

- 1) Dokumen membantu memverifikasi ejaan dan judul atau nama yang benar dari organisasi-organisasi yang telah di singgung dalam wawancara.
- 2) Dokumen dapat menambah rincian spesifik lainnya guna mendukung informasi dari sumber-sumber lain.²³

Metode ini digunakan untuk melengkapi data primer melalui wawancara dan observasi. Dengan metode dokumentasi berarti peneliti melakukan pencarian dan pengambilan segala informasi yang sifatnya teks menjelaskan dan menguraikan mengenai hubungannya dengan arah penelitian.

4. Analisis Data

Analisis data merupakan suatu cara untuk mengolah data setelah diperoleh hasil penelitian, sehingga dapat diambil sebagai kesimpulan berdasarkan data yang faktual. Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan pada orang lain.

Data yang diperoleh dan digunakan dalam pembahasan draf ini bersifat kualitatif. Data kualitatif adalah data yang bersifat abstrak atau tidak terukur. Dalam memperoleh data tersebut peneliti menggunakan metode pengolahan data yang sifatnya kualitatif, sehingga dalam mengolah data peneliti menggunakan teknik analisa sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses pemulihan, pemusatan perhatian untuk menyederhanakan, mengabstrakkan

²³ Robert, *Studi Kasus: Desain & Metode*, 103.

dan tranformasi data. Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Informasi dari lapangan sebagai bahan mentah diringkas, disusun lebih sistematis, serta ditonjolkan pokok-pokok yang penting sehingga lebih mudah dikendalikan.

b. Penyajian Data

Penyajian data yang diperoleh dari lapangan terkait dengan seluruh permasalahan penelitian dipilih antara yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan, lalu dikelompokkan kemudian diberi batasan masalah. Bentuk penyajian data kualitatif dapat berupa teks naratif, maupun matrik, grafik, jaringan dan bagan.²⁴ Dalam penyajian data ini, peneliti menguraikan setiap permasalahan dalam pembahasan penelitian dengan cara pemaparan secara umum kemudian menjelaskan dalam pembahasan yang lebih spesifik.

c. Penarikan Kesimpulan

Upaya penarikan kesimpulan atau verifikasi dilakukan peneliti secara terus menerus selama berada di lapangan. Dari permulaan pengumpulan data, mulai mencari arti benda-benda, mencatat keteraturan pola-pola (dalam catatan teori), penjelasan-penjelasan, konfigurasi-konfigurasi yang mungkin, alur sebab akibat, dan proposal.²⁵ Kesimpulan-kesimpulan itu kemudian diverifikasi kembali dengan mempertimbangkan dan meninjau kembali catatan lapangan sehingga terbentuk penegasan kesimpulan.

I. Sistematika Pembahasan

Adapun pembahasan dalam permasalahan harus didasari dengan kerangka berfikir yang lebih jelas dan terarah. Maka

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Bina Aksara, 2006), 92.

²⁵ Miles dan Huberman, *Analisis Data Kualitatif* (Jakarta: Universitas Indonesia Perss, 1992), 32.

dari sistematika pembahasan skripsi ini adalah sebagai berikut:

BAB I Membahas tentang gambaran mengenai penegasan judul, latar belakang, fokus dan sub-fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II Membahas mengenai landasan teori yang terkait dengan sub tema pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara. Yang pertama yaitu tentang pengertian pembinaan mental, tujuan pembinaan mental, metode pembinaan mental, asas-asas pembinaan mental, dan faktor pendukung dan penghambat pembinaan mental. Yang kedua yaitu tentang pengertian kestabilan emosi, aspek-aspek dalam kestabilan emosi, dan faktor yang mempengaruhi kestabilan emosi. Yang ketiga yaitu tentang pengertian bimbingan dan konseling Islam, tujuan bimbingan dan konseling Islam, fungsi bimbingan dan konseling Islam, prinsip bimbingan dan konseling Islam dan asas-asas bimbingan dan konseling Islam.

BAB III Membahas tentang gambaran umum tentang lokasi penelitian, seperti gambaran umum Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara yang meliputi sejarah singkat markas kimal, letak geografis markas kimal, visi misi, tujuan dan tugas markas kimal, daftar personel TNI AL markas kimal dan struktur organisasi markas kimal. Dan pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara, yang meliputi pembinaan mental rohani Islam (Binrohis), pembinaan mental ideologi kebangsaan (Bintalid), dan pembinaan mental tradisi kejuangan (Bintra Juang).

BAB IV Berisikan mengenai analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti yang fakta dan terarah tentang

pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan bimbingan dan konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara.

BAB V Berisikan kesimpulan penelitian serta saran yang berdasarkan hasil dari penelitian.



BAB II

PEMBINAAN MENTAL, KESTABILAN EMOSI, BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

A. Pembinaan Mental

1. Pengertian Pembinaan Mental

Pembinaan berasal dari kata “bina” yang dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti proses, cara membina, pembaharuan, penyempurnaan, usaha dan tindakan, tindakan yang dilakukan berdaya guna, dan berhasil untuk memperoleh hasil yang lebih baik.¹

Pembinaan adalah suatu tindakan, proses, hasil, atau pernyataan menjadi lebih baik. Pembinaan menunjukkan adanya kemajuan, peningkatan, perubahan, evolusi atau berbagai kemungkinan, berkembang, atau peningkatan atas sesuatu. Pengertian di atas mengandung dua hal, yaitu pertama, bahwa pembinaan itu sendiri bisa berupa tindakan, proses, atau pernyataan dari suatu tujuan, kedua, pembinaan bisa menunjukkan kepada perbaikan atas sesuatu.²

Menurut A. Mangun Hardjana, pembinaan adalah suatu proses belajar dengan mempelajari hal-hal yang belum dimiliki dengan tujuan membantu orang yang menjalani, untuk membetulkan dan mengembangkan pengetahuan dan kecakapan yang sudah ada serta mendapatkan pengetahuan dan kecakapan baru untuk mencapai tujuan hidup dan kerja, yang dijalani secara lebih efektif.³

¹ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1987), 117.

² Miftah Toha, *Perilaku Organisasi, Konsep Dasar dan Aplikasinya* (Jakarta: CV. Rajawali, 2010), 7.

³ A. Mangunhardjana, *Pembinaan Arti dan Metodenya* (Yogyakarta: Kanisius, 1986), 12.

Pembinaan ini meliputi kegiatan-kegiatan melaksanakan atau menyelenggarakan pengaturan sesuatu sehingga dapat dikerjakan dengan baik, tertib, teratur, rapi dan seksama menurut rencana program pelaksanaan (dengan ketentuan, petunjuk, norma, syarat, sistem, dan metode) secara efektif dan efisien dalam mencapai tujuan dan memperoleh hasil yang diharapkan semaksimal mungkin.¹

Pengertian mental secara etimologis, kata mental berasal dari kata latin, yaitu “*mens*” atau “*mentis*” artinya roh, sukma, jiwa atau nyawa. Dalam buku Himpunan Istilah Pembinaan Mental ABRI, “mental adalah kondisi jiwa yang terpantul dalam sikap seseorang terhadap berbagai situasi dan kondisi yang dihadapinya”.²

Kamus Umum Bahasa Indonesia menyebutkan bahwa “mental adalah hal yang mengenai tentang batin”.³ Zakiah Darajat mendefinisikan bahwa, mental adalah semua unsur-unsur jiwa termasuk pikiran, emosi, sikap (*attitude*), dan perasaan dalam keseluruhan dan kebulatannya akan corak laku, cara menghadapi suatu hal yang menekan perasaan, mengecewakan, menggembirakan, atau menyenangkan dan sebagainya.⁴

Dalam kaitannya dengan pembinaan mental, yang di dalamnya terkandung nilai akhlak, etika moral, susila, budi pekerti dan karakter, Zamaluddin Bukhari mengemukakan bahwa pembinaan mental merupakan pembinaan tingkah laku yang sesuai dengan ukuran-ukuran (nilai-nilai masyarakat), yang timbul dari hati yang disertai pula oleh rasa tanggung jawab atas tindakan tersebut. Melalui

¹ Mabes TNI, *Naskah Sementara Buku Petunjuk Induk Tentang Pembinaan Mental*, (Jakarta: Dinas Pembinaan Mental, 2003), 7.

² Mabes ABRI, *Himpunan Istilah Pembinaan Mental ABRI* (Jakarta: Pusat Pembinaan Mental ABRI, 1990), 4.

³ WJS. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1982), 88.

⁴ Zakiah Darajat, *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental* (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1975), 35.

tindakan inilah yang tercermin hasil terbinanya mental seseorang. Upaya pembinaan ini diarahkan pada tercapainya tingkah laku atau perbuatan yang sesuai dengan nilai-nilai agama atau norma yang berlaku dalam masyarakat. Sedangkan Zakiah Daradjat berpendapat bahwa pembinaan mental adalah terkait erat dengan pembinaan keyakinan, karena menjadi bagian dari kepribadian seseorang. Pembinaan mental yang paling baik sebenarnya terdapat dalam ajaran agama, karena nilai-nilai mental dapat dipatuhi dengan kesadaran sendiri, datangnya dari keyakinan beragama.⁵

Pembinaan akhlak adalah membangun (membangkitkan kembali) psikis atau jiwa seseorang dengan pendekatan Agama Islam, yang diharapkan nantinya seseorang dapat mengamalkan ajaran Agama Islam, sehingga akan terbentuk perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai ajaran Agama Islam. Adapun ruang lingkup pembinaan akhlak dalam Islam mencakup tiga aspek, antara lain yaitu:

a. Akhlak Kepada Allah

Akhlak kepada Allah diartikan sebagai sikap atau perbuatan yang seharusnya dilakukan oleh manusia sebagai makhluk kepada Allah sebagai khalik. Menurut Abuddin Nata menyebutkan beberapa alasan mengapa manusia perlu berakhlak kepada Allah, diantaranya yaitu: pertama, karena Allah yang menciptakan manusia. Kedua, karena Allah telah memberikan perlengkapan panca-indra disamping anggota badan yang kokoh dan sempurna, hal ini diberikan agar manusia mampu mengembangkan ilmu pengetahuan. Ketiga, karena Allah telah menyediakan berbagai bahan dan sarana sebagai keberlangsungan kehidupan manusia. Keempat, Allah telah memuliakan manusia dengan diberikannya kemampuan menguasai daratan

⁵ Muhammad Yahdi, "Pembinaan Mental Tentara dalam Perspektif Al-Qur'an", *Journal of Islamic Education*, Vol. 02. No. 02 (2020): 111.

dan lautan. Dan nikmat serta rahmat yang tidak bisa disebutkan satu persatu.⁶

b. Akhlak Kepada Sesama Manusia

Dalam Al-Qur'an banyak sekali rincian yang dikemukakan berkaitan dengan perlakuan terhadap sesama manusia, seperti larangan melakukan hal-hal negatif seperti membunuh, menyakiti badan atau mengambil harta tanpa alasan yang benar. Akhlak terhadap sesama ini dapat juga diperinci seperti berikut:

- 1) Akhlak kepada Rosulullah, dilakukan dengan cara mencintai Rasulullah secara tulus dengan mengikuti semua sunnahnya dan sering membaca shalawat.
- 2) Akhlak kepada kedua orang tua, dilakukan dengan cara berbuat baik kepada kedua orang tua dengan ucapan dan perbuatan. Dapat dibuktikan dengan bertutur kata yang sopan dan lemah lembut, meringankan beban orang tua, berbuat baik kepada orang tua ini berlangsung walaupun orang tua sudah meninggal dengan cara mendoakan dan meminta ampunan untuk mereka.
- 3) Akhlak kepada diri sendiri, dilakukan dengan cara bersikap seperti sabar, syukur, tawadhu', optimis, melindungi diri dari sesuatu yang dapat merusak dan menyakiti diri sendiri.
- 4) Akhlak kepada keluarga, karib kerabat, dilakukan dengan cara saling membina rasa cinta dan kasih sayang dalam kehidupan keluarga dan menjaga hubungan silaturrahi.
- 5) Akhlak kepada tetangga, akhlak ini dilakukan dengan cara seperti saling mengunjungi, membantu diwaktu senggang, lebih-lebih diwaktu susah, saling memberi, menghormati, dan saling menghindarkan pertengkaran dan permusuhan.

⁶ Muhammad Alim, *Pendidikan Agama Islam* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2011), 153.

6) Akhlak kepada masyarakat, akhlak kepada masyarakat dilakukan dengan cara seperti memuliakan tamu, masuk ke rumah orang lain dengan seizin pemilik rumah, saling mengucapkan salam jika bertemu, dan ucapan yang dikeluarkan adalah ucapan yang baik, benar, tidak memanggil atau menyapa dengan sebutan yang buruk, pandai mengendalikan nafsu amarah, mendahulukan kepentingan bersama diatas kepentingan sendiri, menghormati nilai dan norma yang berlaku dalam masyarakat.

c. Akhlak Kepada Lingkungan

Yang di maksud lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar manusia, baik binatang, tumbuhan, maupun benda-benda tak bernyawa. Pada dasarnya yang diajarkan Al-Qur'an mengenai akhlak kepada lingkungan bersumber dari fungsi manusia sebagai khalifah. Kekhalifahan mengandung arti pengayoman, pemeliharaan serta bimbingan, agar setiap makhluk mencapai tujuan penciptaannya. Akhlak kepada lingkungan, dapat diaplikasikan dalam bentuk perbuatan, seperti: sadar dan memelihara kelestarian lingkungan hidup, menjaga dan memanfaatkan alam, sayang kepada sesama makhluk dan menggali potensi alam seoptimal mungkin demi kemaslahatan manusia dan alam sekitarnya.⁷ Jadi akhlak kepada lingkungan dapat dilakukan dengan menjaga dan memelihara kelestarian alam, dalam artian dapat dimanfaatkan sebatas kebutuhan dan tidak sampai merusak alam.

Dari beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa pembinaan mental yang dimaksud adalah pembinaan kepribadian secara keseluruhan melalui bimbingan mental/jiwanya sehingga memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang terpuji dan bertanggung jawab dalam

⁷ Aminuddin, et.al., *Pendidikan Agama Islam untuk Perguruan Tinggi Umum* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2014), 153-155.

menjalani kehidupannya. Pembinaan mental secara efektif dilakukan dengan memperhatikan faktor kejiwaan sasaran yang akan di bina. Dan yang dimaksud dalam pembinaan mental disini adalah pembinaan mental kepada prajurit TNI untuk membentuk, memelihara, meningkatkan dan memantapkan mental anggota TNI berdasarkan Pancasila, Sumpah Prajurit, Sapta Marga, dan Delapan Wajib TNI melalui pembinaan mental rohani Islam, ideologi kebangsaan dan tradisi kejuangan agar memiliki akhlak dan kestabilan emosi yang baik sehingga mampu bertanggung jawab dalam melaksanakan tugasnya sebagai seorang prajurit.

2. Tujuan Pembinaan Mental

Menurut Zakiah Darajat pembinaan mental memiliki beberapa tujuan antara lain sebagai berikut:

- a. Menumbuhkan mental yang sehat, yaitu iman dan bertakwa kepada Allah Swt.
- b. Terwujudnya pribadi yang memiliki kepribadian agama yang baik sehingga dapat mengendalikan kelakuan, tindakan dan sikap dalam hidup.
- c. Menanamkan ketentuan-ketentuan moral yang berlaku dalam lingkungan di mana seseorang hidup.
- d. Membangun mental yang dapat memanfaatkan ilmu dan pengetahuan yang dimiliki dengan cara yang membawa kepada kebahagiaan dan ketenteraman hidup.⁸

Sedangkan tujuan pembinaan mental TNI adalah agar setiap anggota mampu secara profesional melaksanakan tugas yang senantiasa di dasari oleh kesadaran dan ketahanan, yaitu sebagai:

- a. Insan hamba Tuhan, yakni kesadaran beragama sebagai manusia yang beriman kepada Tuhan Yang Maha Esa, pemeluk agama yang saleh, mengakui kebesaran Allah

⁸ Darajat, *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*, 39.

Swt. serta sadar bahwa melaksanakan tugas dengan baik berarti juga melaksanakan amanat Tuhan.

- b. Insan politik pancasila, yakni kesadaran sebagai warga negara yang menjunjung tinggi hukum dan pemerintahan yang berlandaskan Pancasila dan Undang Undang Dasar 1945.
- c. Insan ekonomi pancasila, yakni kesadaran akan arti pentingnya pembangunan ekonomi nasional untuk mencapai kemakmuran dan kesejahteraan rakyat.
- d. Insan sosial budaya pancasila, yakni kesadaran sebagai anggota masyarakat yang berbudaya, turut membina dan mengembangkan watak dan kepribadian bangsa Indonesia yang berbentuk Bhinneka Tunggal Ika.
- e. Insan penegak pertahanan keamanan negara, yakni kesadaran akan tugas dan tanggung jawab, baik sebagai kekuatan sosial politik demi terciptanya situasi dan kondisi menguntungkan bagi perjuangan bangsa dan perjuangan TNI.⁹

Dapat disimpulkan bahwa tujuan pembinaan mental TNI adalah terbentuknya kualitas mental spiritual keprajuritan TNI sesuai dengan peran visi dan misi TNI, yang pada gilirannya dapat dijadikan panutan dan pendorong pembentukan watak dan kepribadian bangsa Indonesia sebagai bangsa juang.

3. Metode Pembinaan Mental

Hakekat pembinaan mental bagi seorang prajurit adalah suatu kesatuan yang meliputi cipta (pikiran), rasa (perasaan), dan karsa (kehendak). Maka diperlukan suatu metode. Metode yang dimaksud adalah cara yang digunakan dalam pembinaan mental yang bertujuan menanamkan dan menerapkan unsur dari mental rohani, ideologi dan tradisi perjuangan ke dalam cipta, rasa, dan karsa prajurit.

⁹ Subdit Bintel Diswapers TNI AU, *Petunjuk Pelaksanaan Lapangan Pembinaan Mental Fungsi Komando* (Jakarta: Kasubditbintel, 1997), 6-8.

Secara garis besar, metode yang digunakan adalah metode Santiaji dan metode Santi Karma, dengan penjelasan sebagai berikut:

a. Metode Santiaji

Metode santiaji adalah kegiatan-kegiatan pembinaan mental yang bertujuan untuk dapat memiliki ketenangan bagi para prajurit TNI melalui pemberian dan pengalaman suatu ilmu. Dengan memiliki ilmu dapat mengamalkannya dengan kesadaran, seorang prajurit agar merasa dirinya tenang, sehingga mampu memecahkan segala persoalan yang dihadapinya dengan penuh kesabaran dan keyakinan yang berarti pula dapat melaksanakan tugas yang dibebankan kepadanya dengan sebaik-baiknya.

Metode santiaji lebih menekankan kepada usaha-usaha meyakinkan, di mana setiap prajurit dibenarkan untuk menanyakan segala sesuatu yang bertentangan dengan perasaannya. Dengan kata lain, Santiaji membuka peluang sebesar-besarnya adanya dialog dan komunikasi antara yang memberikan dan menerima santiaji, sehingga apa yang dilakukan berdasarkan ilmu yang sudah diyakini. Berbagai cara yang digunakan dalam pelaksanaan metode santiaji ini antara lain:

- a. Penanaman melalui pelajaran atau pendidikan yaitu dalam proses belajar mengajar baik sejak awal rekrutmen menjadi anggota TNI, maupun selama menjadi anggota TNI.
- b. Melalui latihan, yaitu pelajaran yang sifatnya teoritis dan digelar di lapangan. Disini semua hal yang dianggap penting “dipaksakan” untuk diterima sebagai wujud pembinaan bagi seorang TNI.
- c. Persuasif, yaitu pembinaan yang sifatnya mengajak dalam rangka menyusun pikiran-pikiran dan pendapat sesuai pengalaman bersama untuk penyamaan persepsi, antara lain: penyajian dalam kelas (ruangan), peragaan (petunjuk film), ceramah,

penerangan pasukan (penpas), penyebaran buku-buku, brosur, atau pamphlet dan diskusi atau sarasehan.¹⁰

b. Metode Santi Karma

Metode santi karma adalah metode pembinaan yang dilakukan dengan pengalaman nyata dan tindakan atau perbuatan yang nyata. Implementasi di dalam pelaksanaan santi karma ini ialah melalui sikap atau tindakan keteladanan, antara lain:

- 1) Berpola hidup sederhana, di sini seorang komandan dapat memberikan contoh nyata tentang pola hidup sederhana bagi seluruh anggotanya. Dengan demikian, setiap anggota satuan tidak mudah terpengaruh dengan pola hidup konsumtif karena dapat menauladani komandannya.
- 2) Sifat keikhlasan berkorban, berjuang dan berbakti dalam pelaksanaan tugas-tugas yang ditunjuk oleh komandan.
- 3) Sikap dan tindakan hidup yang tahan menderita dalam menghadapi setiap tantangan dan permasalahan di dalam pelaksanaan tugas.¹¹

Penerapan metode pembinaan mental dapat diklasifikasikan dalam beberapa bentuk sebagaimana yang disebutkan oleh Zakiah Darajat bahwa “pembinaan mental dapat dilakukan dengan metode konsultasi jiwa (secara individu), bimbingan dan penyuluhan, diskusi dan ceramah-ceramah”.¹²

4. Asas-asas Pembinaan Mental

Penyelenggaraan pembinaan mental prajurit, baik pada tingkat perencanaan, pengorganisasian, pelaksana

¹⁰ Mabes TNI, *Himpunan Materi Pembinaan Mental TNI* (Jakarta: Dinas Pembinaan Mental, 2000), 11-15.

¹¹ *Ibid.*, 17.

¹² Zakiah Darajat, *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental* (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1975), 72.

kegiatan, maupun pengawasan perlu berpedoman pada asas-asas sebagai berikut:

a. Keimanan dan Ketakwaan

Pembinaan mental harus dijiwai, digerakkan, dan dikendalikan oleh keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa serta dijadikan landasan spiritual, moral dan kode etik dalam pembangunan sumber daya manusia di lingkungan TNI.

b. Normatif

Pembinaan mental harus bersifat konstitusional dan berpegang teguh pada ketentuan-ketentuan ataupun norma-norma yang berlaku, baik yang berkaitan dengan norma agama, hukum, moral dan tradisi leluhur.

c. Kebersamaan dan Kekeluargaan

Pembinaan mental diarahkan untuk dapat menciptakan rasa persatuan dan kesatuan, rasa senasib dan sepenanggungan serta jiwa yang kuat.

d. Kejuangan

Pembinaan mental diarahkan untuk mampu menumbuhkan tekad, jiwa dan semangat pengabdian disertai disiplin yang tinggi guna mewujudkan sikap mental yang mengutamakan kepentingan satuan, bangsa dan negara di atas kepentingan pribadi dan golongan.

e. Manfaat

Pembinaan mental harus dapat memberikan dukungan dan kegunaan bagi pemeliharaan mental dan moril prajurit serta komponen pertahanan dan keamanan Negara.

f. Kepemimpinan

Pembina mental dilandasi oleh 11 asas kepemimpinan TNI, kepemimpinan dan komunikasi sosial TNI dan kepemimpinan lapangan untuk mendukung pelaksanaan fungsi dan peran TNI.

g. Keseimbangan

Pembinaan mental harus dilakukan dan ditujukan untuk terwujudnya keseimbangan, keserasian, dan keselarasan kehidupan prajurit yang bersifat materi dan spiritual, fisik dan kejiwaan, pengetahuan dan keterampilan, individu dan kesatuan, serta keluarga dan masyarakat.¹³

Selain asas di atas, untuk membentuk tampilan sikap mental yang berkualitas sesuai dengan misi TNI, aktualisasi pembinaan mental TNI juga didasarkan pada asas-asas sebagai berikut:

a. Pengamalan Pancasila

Aktualisasi pengamalan pancasila melalui fungsi pembinaan mental TNI ingin dijadikan jaminan tentang komitmen TNI sebagai pengaman dan pengamalan pancasila, dimana tolak ukurnya yang terpenting adalah turut membangun kemanusiaan yang adil dan beradab.

b. Pengejawantahan Paradigma dan Reformasi Internal TNI

Pengejawantahan paradigma dan reformasi internal TNI melalui pembinaan mental TNI ingin dijadikan jaminan betapa pentingnya arti dan nilai strategis dan profesionalisme.

c. Aktualisasi Sapta Marga dan Sumpah Prajurit

Sapta marga dan sumpah prajurit yang mengandung kode etik keprajuritan TNI dijabarkan dan diaktualisasikan melalui fungsi pembinaan mental, TNI dalam menegakkan kepribadian dan watak TNI sebagai pendorong kemajuan serta pengayom masyarakat dan bangsa, khususnya dalam membela dan mempertahankan kedaulatan Negara.

¹³ Bambang Herianto Lubis, *“Metode Bimbingan Rohani Islam Dalam Pembinaan Mental Prajurit TNI AD Rohis Kodam I Bukit Barisan”* (Skripsi, UIN Sumatera Utara Medan, 2019), 30-31.

d. Kemanunggalan TNI-Rakyat

Sebagai insan prajurit Pancasila, yang mengemban peran dan misi TNI yang diharapkan mampu beradaptasi dengan tuntutan tugas, melalui pembinaan mental TNI, ingin dijamin senantiasa kokohnya kemanunggalan TNI-Rakyat, baik selaku alat pertahanan negara maupun selaku abdi negara.¹⁴

Dari beberapa asas yang telah dipaparkan di atas, maka terlihatlah betapa pentingnya pembinaan mental TNI. Dengan adanya pembinaan mental melalui metode-metode yang diterapkan tanpa melanggar asas-asas pembinaan, dapat menampilkan karakter prajurit TNI yang diharapkan sesuai dengan kode etik TNI sehingga bisa menjalankan tugasnya dengan baik tanpa kekhawatiran masyarakat di sekitarnya.

5. Faktor Pendukung dan Penghambat Pembinaan Mental

Adapun faktor pendukung dan penghambat dalam pembinaan mental seseorang, yaitu:

a. Faktor Pendukung

1) Kehendak atau Kemauan

Kemauan adalah sesuatu untuk melangsungkan segala perbuatan. Salah satu kekuatan yang berlandung dibalik tingkah laku adalah kehendak atau kemauan keras (azam). Itulah yang menggerakkan dan merupakan kekuatan yang mendorong manusia dengan sungguh-sungguh untuk mengikuti kegiatan pembinaan mental yang dilaksanakan.¹⁵

2) Sumber Daya Manusia

Sumber daya manusia merupakan salah satu unsur yang sangat penting dalam mengelola dan melaksanakan pembinaan mental. Dalam hal ini

¹⁴ *Ibid.*, 32-33.

¹⁵ Bambang Syamsul Arifin, *Psikologi Agama*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), 78.

dipersyaratkan SDM sesuai dengan kualifikasinya masing-masing.

3) Pendidikan

Pendidikan mempunyai pengaruh yang sangat besar dalam kegiatan pembinaan mental. Latar belakang pendidikan pembimbing juga sangat diperhatikan guna mendukung kelancaran kegiatan pembinaan mental. Karena pendidikan ikut serta mematangkan kepribadian manusia sehingga tingkah-lakunya sesuai dengan pendidikan yang telah diterima oleh seseorang baik pendidikan formal, informal maupun non formal.

4) Instruktur

Instruktur memiliki sertifikat sesuai bidangnya, sebagai contoh instruktur konselor harus mempunyai sertifikat konselor, baik yang diperoleh dari lembaga pendidikan formal ataupun informal dan adanya kesepakatan bersama tentang jadwal pelayanan.

5) Adanya Dukungan

Dukungan kerjasama yang terjalin dengan baik antara pimpinan dan bawahan akan mendukung kegiatan pembinaan mental. Dukungan tersebut dapat berupa ucapan, fasilitas sarana dan prasarana.¹⁶

b) Faktor Penghambat

1) Kepribadian

Setiap manusia dilahirkan dengan memiliki macam-macam kepribadian. Kepribadian adalah cara seorang individu bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain. Kepribadian seseorang dapat berubah sesuai dengan situasi dan kondisi yang dialaminya,

¹⁶ Hendra Setya Kurniawan, Ngabiyanto, Eko Handoyo, "Peran Balai Rehabilitasi Sosial dalam Pembinaan Mental dan Pelatihan Keterampilan Kerja Perempuan Mantan Pekerja Seks Komersial (Studi Kasus di Balai Rehabilitasi Sosial "Wanita Utama" Surakarta)", *Journal Unnes Civic Education*, Vol. 03. No. 02 (2014): 30-31.

dengan adanya perbedaan kepribadian dari diri masing-masing seseorang ini maka akan menimbulkan kesulitan dalam membina mentalnya.¹⁷

2) Lingkungan

Lingkungan adalah sesuatu yang melengkapi tubuh hidup, seperti tumbuh-tumbuhan, keadaan tanah, dan pergaulan manusia yang selalu hidup berhubungan dengan manusia lainnya atau juga dengan alam sekitar. Itulah sebabnya manusia harus bergaul dan dalam pergaulan itu saling mempengaruhi pikiran, sifat dan tingkah laku. Seorang yang hidup dalam lingkungan yang baik secara langsung atau tidak secara langsung dapat membentuk kepribadiannya menjadi baik, begitu pula sebaliknya seseorang yang hidup dalam lingkungan yang kurang mendukung dalam pembentukan akhlaknya dan kepribadiannya maka dia akan terpengaruh lingkungan tersebut.

3) Perkembangan Teknologi

Menurut Djaali media cetak dan elektronik bisa membawa pengaruh yang penting dalam perkembangan sikap dan cita-cita sosialnya baik itu pengaruh positif maupun negatif. Sebab selama ia seseorang dapat melihat, mendengar, dan membaca, maka ia akan menemukan nilai-nilai kehidupan yang lain dan hal ini akan ikut mendorong dan mempengaruhi minat, sikap, dan kepribadiannya.¹⁸

Berdasarkan dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung dan penghambat yang dapat mempengaruhi pembinaan mental seseorang adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang (internal) dan faktor yang berasal dari luar diri seseorang (eksternal).

¹⁷ Bambang Syamsul Arifin, *Psikologi Agama*, 78.

¹⁸ Heri Gunawan, *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi*, (Surakarta : Alfabeta, 2012), 19-21.

B. Kestabilan Emosi

1. Pengertian Kestabilan Emosi

Jika dilihat dari akar katanya kestabilan emosi berasal dari gabungan dua kata yakni stabil yang dalam kamus besar bahasa Indonesia berarti mantap, kukuh, tidak goyah, kemudian di tabah awalan ke- dan akhiran -an sehingga memiliki makna perihal (yang bersifat) stabil (mantap, kukuh, tidak goyah) atau keadaan stabil.¹⁹ Serta kata emosi yang banyak diartikan sebagai perwujudan dari apa yang sedang dirasakan oleh manusia. Sehingga kestabilan emosi adalah keadaan dimana emosi berada dalam keadaan yang stabil dalam artian tidak mudah goyah dalam menghadapi masalah yang dihadapi, sehingga dalam kesehariannya manusia akan merasakan ketenangan dan ketentraman dalam menjalani hidup.

Menurut Meitasari Tjandrasa & Muslichah Zarkasih kestabilan emosi dapat diartikan keseimbangan emosi yaitu dominasi emosi yang tidak dapat menyenangkan, dapat dilawan sampai pada batas tertentu dengan emosi yang menyenangkan dan sebaliknya.²⁰ Menurut Hurlock kestabilan emosi adalah keadaan yang tidak berubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati lain dalam periode sebelumnya.²¹

Kestabilan emosi sangat erat kaitanya dengan kematangan emosi, menurut Harlock kematangan emosi adalah sebagai individu yang memiliki kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapinya, sehingga lebih mampu beradaptasi karena dapat menerima beragam orang dan situasi dan memberikan reaksi yang tepat sesuai dengan tuntutan yang dihadapi. Kematangan emosi

¹⁹ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), 1374.

²⁰ Meitasari Tjandrasa & Muslichah Zarkasih, *Perkembangan Anak* (Jakarta: Erlangga, 1999), 229.

²¹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*, (Jakarta: Erlangga, 1980), 213.

merupakan kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya dan orang lain, selain itu dapat menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif.

Dari pendapat tersebut dapat ditarik sedikit kesimpulan bahwasanya stabilitas emosi merupakan salah satu indikator dari kematangan emosi. Harlock menyatakan bahwa kematangan emosi memiliki ciri-ciri antara lain:

- a. Tidak langsung menunjukan emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.
- b. Dapat melihat situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang
- c. Memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak mudah berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain.²²

Sementara itu, Taufiq Hidayat berpendapat mengenai kriteria kesetabilan emosi bahwa kestabilan emosi memiliki beberapa kriteria yaitu:

- a. Pertama, yaitu emosi yang secara social dapat diterima oleh lingkungan sosial. Individu yang emosinya stabil dapat mengontrol ekspresi dan emosi yang tidak sesuai dengan nilai-nilai sosial atau dapat melepaskan dirinya dari belenggu energi mental maupun fisik yang selama ini terpendam dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan sosialnya.
- b. Kedua, pemahaman diri. Individu yang punya emosi stabil mampu belajar mengetahui besarnya kontrol yang diperlukan untuk memuaskan kebutuhankebutuhannya, serta menyesuaikan diri

²² Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)* (Jakarta: Erlangga, 1980), 213.

dengan harapan-harapan sosial, bersikap empati yang tinggi terhadap orang lain.

- c. Ketiga, penggunaan kecermatan mental. Individu yang stabil emosinya mampu menilai situasi secara cermat sebelum memberikan respon secara emosional mampu menilai situasi secara cermat sebelum memberikan respon secara emosional. Kemudian individu tersebut mengetahui cara yang tepat untuk beraksi terhadap situasi tersebut.²³

Di dalam Al-Qur'an konsep kestabilan emosi dinamakan nafsu yang dalam keadaan jiwa yang tenang atau *an-Nafs Mut'mainnah* yang dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai keadaan atau bentuk ketenangan, lawan dari perasaan gelisan, resah, tidak berteriak, tidak ada keributan atau kerusuhan atau secara singkat tidak ribut.

Dalam lisan Arab kata *Mut'mainnah* berasal dari kata *t'amana* atau *t'a'mana* yang mendapat tambahan huruf atau ziyadah berupa hamzah menjadi kata *it'ma'anna* yang memiliki makna menenangkan atau tidak mamiliki sesuatu, jika dikaitkan kepada qalbun namun jika dikaitkan dengan ruang maka bermakna berdiam diri. Sedang nafsu dikatakan sebagai pendorong manusia untuk berbuat sesuatu kebaikan maupun keburukan. Hal ini sama dengan emosi yang akan mendorong manusia untuk berbuat baik ataupun buruk.²⁴

Dalam satu ayat Al-Qur'an disebutkan bahwasanya keadaan *an-Nafs Mut'mainnah* atau mereka yang bersifat *mut'mainnah* ini dapat menguasai diri dalam keadaan apapun, berfikiran rasional, mampu menciptakan keseimbangan dalam dirinya, hatinya tetap tenang dan tentram. Jiwa yang tentram ini senantiasa merasa ridha

²³ M. Yusuf Ali dan Taufiq Hidayat, "Hubungan Kesetabilan Emosi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani", *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, Vol. 04, No. 01 (2016): 25-33.

²⁴ Js Badudu dan Sultan Muhammad Zain, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta : Pustaka Sinar Harapan 1993), 1474.

menghadapi apapun keadaan, selalu ridha terhadap takdir yang Allah berikan. Kriteria ini terdapat dalam QS. Al-Fajr ayat 27-28 yang berbunyi:

يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾

أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾

“Wahai jiwa yang tenang!
Kembalilah kepada Tuhanmu dengan ridha dan diridhai-Nya”. (QS. Al-Fajr ayat 27-28)

Dari pendapat-pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kestabilan emosi adalah suatu kondisi seorang individu yang dapat mengontrol diri atas luapan ekspresi emosi agar emosi yang ditampilkan tepat, sehingga dapat menyikapi stimulus yang berupa tekanan maupun bukan dengan baik. Kestabilan emosi membuat seorang individu dapat mengendalikan kondisi jiwa agar tidak berubah secara drastis dari kondisi sebelumnya sehingga terlihat lebih tenang dalam menyikapi beberapa persoalan.

Dasar teori kestabilan emosi adalah teori emosi sendiri dimana emosi di artikan dengan berbagai macam definisi yang berbeda-beda antara lain. Emosi berasal dari bahasa latin “*emetus*” atau “*emouere*” yang artinya mencerca (*to still up*) yaitu suatu yang mendorong terhadap sesuatu.²⁵

Emosi dalam makna harfiah didefinisikan sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan serta nafsu dari setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Emosi merujuk kepada sesuatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis, dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan bertindak.²⁶

²⁵ E. Usman Effendi dan Juhaya S. Praja, *Pengantar Psikologi* (Bandung: Angkasa, 1993), 79.

²⁶ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Managemen Emosi* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 12.

Adapun istilah emosi menurut beberapa ahli psikologi adalah sebagai berikut:

- a. Jeanne Segal mendefinisikan emosi sebagai pengalaman yang dapat dirasakan secara fisik. Artinya segala sesuatu perbuatan dan perilaku yang dilakukan itu mendapat respon secara baik maupun buruk oleh fisik.²⁷
- b. Crow mengartikan bahwa emosi merupakan suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi atau berperan sebagai *inner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.²⁸
- c. Dimiyati mendefinisikan emosi sebagai perasaan yang bergejolak, yang luar biasa intensitasnya. Termasuk dalam kategori emosi ini adalah perasaan-perasaan cinta, benci, marah, takut, cemas, dan tertekan. Keadaan bergejolak disini sebagai lawan dari keadaan tenang, keadaan tenang disini keadaan yang berjalan normal.²⁹

Dari beberapa pendapat para Psikolog di atas dapat diambil beberapa point penting yang menjadi dasar pengertian emosi antara lain:

- a. Emosi sebagai pengalaman yang dapat dirasakan secara fisik.
- b. Emosi berperan sebagai penyesuaian dari terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.
- c. Emosi adalah perasaan yang bergejolak, yang luar biasa intensitasnya.
- d. Bentuk perwujudan dari emosi diekspresikan dengan berbagai macam cara diantaranya yaitu: cinta, benci, marah, takut, cemas, dan tertekan.

²⁷ Jeane Segel, *Meningkatkan Kecerdasan Emosi* (Jakarta: Citra Aksara, Tt), 75.

²⁸ Alex Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 400.

²⁹ Dimiyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar* (Yogyakarta: Bpfe, 1990), 8.

Berdasarkan pendapat diatas, emosi tidak hanya diwujudkan melalui satu perwujudan perasaan melainkan ada banyak macamnya. Macam-macam dari emosi memiliki komponen psikologikal, ekspresif dan ekperimental, dan setiap komponen tersebut bisa dipelajari struktur dan fungsinya.

Pada dasarnya emosi manusia bisa di bagi menjadi dua kategori umum jika dilihat dari dampak yang ditimbulkan. Kategori pertama disebut efek positif. Efek positif memberikan dampak menyenangkan dan menenangkan. Macam dari emosi positif seperti tenang, santai, rileks, gembira, lucu, haru, dan senang. Ketika merasakan emosi positif ini, kita pun akan merasakan keadaan psikologis yang positif. Kategori kedua adalah emosi negatif atau efek negatif. Ketika kita merasakan emosi negatif ini maka dampak yang akan kita rasakan adalah negatif, tidak menyenangkan, dan menyusahkan. Macam dari emosi negatif ini diantaranya sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam, dan masih banyak lagi.³⁰

Selain dari dua pengelompokan diatas, emosi juga dapat dikelompokkan menjadi dua bagian lain antara lain:

- a. Emosi sensoris adalah emosi yang disebabkan rangsangan dari luar terhadap tubuh sehingga menyebabkan lelah, sakit, kenyang, lapar, haus dan lain-lain.
- b. Emosi psikis adalah emosi yang memiliki alasan alasan kejiwaan, atau sebab-sebab yang dipengaruhi oleh keadaan jiwa seseorang, adapun yang termasuk kategori ini antara lain:
 - 1) Emosi intelektual atau dapat dikatakan sebagai perasaan yang dipengaruhi oleh ruang lingkup kebenaran diwujudkan dengan rasa yakin atau tidak

³⁰ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Managemen Emosi* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 12.

- yakin terhadap suatu hasil yang ilmiah, gembira karena mendapatkan suatu kebenaran, puas lantaran dapat mengerjakan suatu yang dinilai ilmiah.
- 2) Perasaan sosial adalah perasaan yang berhubungan dengan orang lain baik bersifat individu maupun kelompok.
 - 3) Perasaan susila yaitu perasaan yang menyangkut berhubungan dengan nilai-nilai baik dan buruk atau etika (moral).
 - 4) Perasaan keindahan yaitu perasaan yang berkaitan erat dengan keindahan dari sesuatu, baik bersifat kebendaan maupun kerohanian.
 - 5) Perasaan ketuhanan yaitu salah satu kelebihan manusia sebagai makhluk Tuhan, dianugerahi fitrah (kemampuan atau perasaan) untuk mengenal Tuhannya.

Berdasarkan paparan diatas, dapat diketahui bahwa pada dasarnya kestabilan emosi sangat diperlukan seorang individu dalam kehidupan sosial ditengah perkembangan zaman yang begitu pesat. Kestabilan emosi diperlukan untuk menjaga seseorang agar dapat memiliki sikap yang tepat dalam menyikapi masalah yang semakin kompleks. Di sinilah peran penting kestabilan emosi untuk kehidupan manusia. Individu yang mempunyai kestabilan emosi baik tidak akan mudah marah dan tersinggung. Hal ini menjadi faktor penting untuk individu mendapatkan kebahagiaan di dalam dirinya. Seseorang yang tidak mudah marah dan tersinggung akan lebih mudah mendapatkan kebahagiaan karena ia tidak terlalu terforsir fikirannya pada sesuatu yang dilakukan orang lain padanya. Disaat kebahagiaan menjadi barang mahal yang sulit dicari, maka salah satu solusinya adalah memiliki kestabilan emosi yang baik.

2. Aspek-aspek Kestabilan Emosi

Menurut Scheneider ada tiga aspek dalam kestabilan emosi yaitu:

- a. Adekuasi emosi adalah reaksi dalam emosi yang sesuai dengan rangsangan yang diterimanya, reaksi ini menyangkut macam atau isi emosi dan kemana arah emosi itu atau kepada siapa emosi tersebut tertuju.
 - b. Kematangan emosi adalah kemampuan untuk memberikan reaksi emosi yang tepat pada situasi yang tidak menyenangkan atau kondisi tertentu, sesuai dengan tingkat perkembangan pribadinya. Contohnya saat anak kecil menangis itu wajar apabila ia menangis, marah, berteriak untuk menuntut apa yang dia inginkan, tetapi itu tidak wajar untuk orang dewasa.
 - c. Kontrol emosi adalah fase dimana kontrol diri sangat penting untuk tercapainya kestabilan emosi, harus adanya penyesuaian dan kesehatan mental. Pada kontrol emosi ini mencakup pengaturan emosi dan perasaan yang sesuai dengan tuntutan lingkungan atau situasi dan bagaimana standar individu yang berhubungan dengan nilai, cita-cita dan prinsip. Indikasi dalam kontrol emosi yang kurang baik dapat terlihat dari bagaimana reaksi emosi yang ditimbulkan.
- ³¹ Kontrol emosi termasuk salah satu aspek kontrol diri, yaitu dengan menghadapi situasi dengan sikap rasional, mampu memberikan respon dan mengartikan situasi secara tepat dan tidak berlebihan.

Apabila tiga aspek dalam kestabilan emosi tersebut berfungsi dengan baik maka dapat menjadikan penyesuaian, pengaturan emosi dan perasaan sesuai dengan tuntutan lingkungan atau situasi dan standar dalam diri. Kematangan emosi seseorang dapat dilihat dari

³¹ Harris Fadhillah, "Pengaruh Membaca Alquran Terhadap Kestabilan Emosi Siswa Kelas Xi Sma It Abu Bakar Yogyakarta" (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2016), 20-21.

kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap stress, tidak mudah khawatir atau cemas dan tidak mudah marah.

Selain dari penjabaran yang disampaikan oleh Scheneider tentang aspek-aspek kestabilan emosi terdapat konsep aspek-aspek kestabilan emosi bahwa ada tiga macam emosi yang dikenal dengan *display rules*, yaitu adanya tiga macam aturan penggambaran emosi yang terdiri atas masking, modulasi dan simulasi.

- a. Masking adalah keadaan seseorang yang dapat menyembunyikan atau menutupi emosi yang dialaminya. Emosi yang dialaminya tidak tercurut keluar melalui ekspresi kejasmaniannya.
- b. Modulasi adalah dimana orang tidak dapat meredam secara tuntas mengenai gejala kejasmaniannya, tetapi hanya mengurangi saja.
- c. Simulasi adalah keadaan dimana orang tidak mengalami suatu emosi, tapi seolah-olah mengalami emosi dengan menampakkan gejala kejasmanian.

Selanjutnya, menurut Santrock emosi seseorang yang stabil memiliki karakteristik, antara lain:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri: sikap positif individu tentang dirinya, bahwa ia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukan.
- b. Optimis: sikap positif individu yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- c. Objektif: sikap individu yang memandang permasalahan ataupun sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya bukan menurut kebenaran pribadi atau yang menurut dirinya benar.
- d. Bertanggung jawab: kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realistik: kemampuan menganalisa masalah, sesuatu hal, sesuatu kejadian dengan

menggunakan pemikiran yang dapat diterima akal sehat dan sesuai kenyataan.³²

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kestabilan Emosi

Kestabilan emosi merupakan kemampuan yang tidak lahir begitu saja tanpa ada hal yang membuatnya terjadi. Untuk mencapai kestabilan emosi, ada beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu: pola asuh orang tua, kemampuan mengenal dan menerima diri sendiri, suara hati, pengembangan diri.

Menurut Morgan dan King, mengemukakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kestabilan emosi seseorang, antara lain: kondisi fisik, pembawaan dan stemming atau suasana hati. Dan menurut Young, faktor-faktor yang mempengaruhi kestabilan emosi, antara lain: lingkungan, pengalaman, dan faktor individu.

Sedangkan Menurut Meitasari Tjandrasa & Muslichah Zarkasih, kestabilan emosi dapat diperoleh dengan dua cara yaitu:

- a. Pengenalan lingkungan dengan tujuan agar emosi yang tidak menyenangkan cepat-cepat diimbangi dengan emosi yang menyenangkan.
- b. Mengembangkan toleransi terhadap emosi yaitu kemampuan untuk menghambat pengaruh emosi yang tidak menyenangkan.³³

Dari penjelasan diatas dapat diketahui bahwa Faktor yang dapat membuat emosi stabil, baik internal maupun eksternal bisa didapatkan melalui berbagai cara yang mendukung, karena kestabilan emosi merupakan sesuatu hal dapat dilatih. Kestabilan emosi sendiri yaitu keadaan seseorang yang memiliki emosi yang matang dan ketika mendapatkan rangsangan dari luar tidak

³² *Ibid.*, 21-22.

³³ Meitasari Tjandrasa & Muslichah Zarkasih, *Perkembangan Anak* (Jakarta: Erlangga, 1999), 230.

memunculkan gangguan emosional (memiliki keseimbangan emosi).

C. Bimbingan dan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris “*Guidance*” dan secara harfiah istilah “*Guidance*” dari kata “*Guide*” berarti mengarahkan (*to direct*), mamandu (*to pilot*), mengelola (*to manage*), dan menyetir (*to steer*).³⁴

Menurut Dewa Ketut Sukardi, menjelaskan bahwa bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang secara terus menerus dan sistematis oleh guru pembimbing agar individu atau kelompok individu menjadi pribadi yang mandiri.³⁵ Sedangkan menurut Gantina Komalasari, dkk, bimbingan (*Guidance*) dapat diartikan sebagai proses bantuan yang bertujuan membantu individu membuat keputusan penting dalam hidupnya yang biasanya terjadi pada setiap pendidikan atau persekolahan.³⁶

Dari penjelasan di atas dapat dicermati bahwa bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan secara berkesinambungan dan sistematis kepada seseorang atau sekelompok agar dapat mengembangkan potensi dan kemampuannya secara mandiri.

Sedangkan pengertian konseling menurut W.S Winkel, konseling (*Counseling*), dikaitkan dengan kata “*Counsel*” yang diartikan nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*) dan pembicaraan (*to take counsel*).³⁷ Menurut Sofyan S Willis, konseling adalah upaya bantuan yang

³⁴ Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nur Hisan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2011), 5.

³⁵ Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 2.

³⁶ Gantina Komalasari, E. Wahyuni, dan Karsih, *Asesmen Teknik Nontes dalam Perspektif BK Komprehensif*, (Surabaya: INDEKS, 2011), 43.

³⁷ W.S Winkel dan Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), 34.

diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.³⁸

Dari pengertian konseling yang dipaparkan oleh para ahli, maka dapat dicermati bahwa konseling merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang ahli (konselor) kepada seorang individu yang memiliki masalah (klien) agar individu tersebut menemukan jalan keluar dari masalah dan mendapatkan kebahagiaan dalam hidupnya.

Menurut Hellen A, Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinyu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam Al-Qur'an dan Hadits Rasulullah kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadits.³⁹

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanannya dan keyakinannya serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan Al-Qur'an dan Hadits.⁴⁰

³⁸ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2013), 18.

³⁹ Hallen A, *Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Ciputat Pers, 2002), 17.

⁴⁰ Erhamwilda, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), 99.

Anwar Sutoyo seorang dosen Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Semarang mengemukakan tentang Bimbingan Konseling Islami berdasarkan Seminar dan Lokakarya (Semiloknas) Bimbingan Konseling Islami, sebagai berikut: pengertian bimbingan dibedakan dengan pengertian konseling. (a) bimbingan islami didefinisikan sebagai proses bantuan yang diberikan secara ikhlas kepada individu atau sekelompok individu untuk meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT dan untuk menemukan serta mengembangkan potensi-potensi mereka melalui usaha mereka sendiri, baik untuk kebahagiaan pribadi maupun kemaslahatan sosial. (b) konseling islami didefinisikan sebagai proses bantuan yang berbentuk kontak pribadi antar individu atau sekelompok individu yang mendapat kesulitan dalam suatu masalah dengan seseorang petugas profesional dalam hal pemecahan masalah, pengenalan diri untuk mencapai realisasi diri secara optimal sesuai ajaran Islam.⁴¹

Dari definisi yang telah dikemukakan diatas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan secara sistematis yang dilakukan oleh seorang konselor kepada klien atas dasar keikhlasan agar klien dapat mengembangkan potensi atau fitrah yang dimilikinya secara optimal dengan cara mengaplikasikan nilai-nilai yang ada di dalam Al-Qur'an dan Hadits, agar klien tersebut dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

2. Tujuan, Fungsi dan Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam
 - a. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky sebagaimana yang dikutip oleh Mariansyah, tujuan bimbingan dan konseling islam adalah:

⁴¹ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), 18-20.

- 1) Untuk menghasilkan perubahan, perbaikan, kesehatan serta kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang dan damai (*muthmainah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*) dan mendapatkan taufik dan hidayah-Nya (*mardhiyah*).
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang memberikan manfaat baik diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah atau madrasah, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk mencerdaskan rasa pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.
- 4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri sendiri sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya serta ketabahan menerima ujian-Nya.
- 5) Untuk menghasilkan potensi ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar, ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.⁴²

Sedangkan menurut Erhamwilda, tujuan dari Bimbingan Konseling Islam terbagi menjadi dua bagian yaitu:

- 1) Tujuan umum (jangka panjang) bimbingan dan konseling islam secara implisit sudah ada dalam definisi bimbingan dan konseling islam, yakni

⁴² Mariansyah Eka Saputra, "*Urgensi Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah Tsanawiyah Pelita Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran*" (Skripsi, IAIN Raden Intan Lampung, 2012), 30-31.

mewujudkan individu menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.

- 2) Tujuan khusus (jangka pendek) adalah membantu klien mengatasi masalahnya dengan cara mengubah sikap dan perilaku klien yang melanggar tuntunan islam menjadi sikap dan perilaku hidup yang sesuai dengan tuntutan islam.⁴³

Dengan demikian tujuan bimbingan dan konseling dalam Islam merupakan tujuan yang ideal dalam rangka mengembangkan kepribadian muslim yang sesuai dengan tuntutan islam. Kepribadian yang sesuai dengan tuntutan islam adalah pribadi yang *kaffah* dan *insan kamil*. individu yang *kaffah* dan *insan kamil* merupakan sosok individu yang sehat rohani (mental dan psikis) dan jasmani (fisik).

Secara oprasional pribadi *kaffah* dan *insan kamil* adalah individu yang mampu: pertama, berfikir secara positif sebagai hamba allah swt, yang tugas utamanya adalah mengabdikan kepada-Nya. Kedua, berfikir positif terhadap diri sendiri dan orang lain di lingkungannya. Ketiga, mewujudkan potensi pikir dan dzikir dalam kehidupan sehari-hari. Keempat, mewujudkan *akhlak al-karimah* dan senantiasa berbuat *ikhlas* (baik) dalam kehidupan sehari-hari baik terhadap diri sendiri maupun lingkungannya.⁴⁴

b. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Dengan merujuk tujuan umum dan tujuan khusus dari bimbingan dan konseling Islam tersebut diatas, maka menurut Thohari Musnamar fungsi bimbingan dan konseling Islam meliputi empat fungsi, yaitu:

⁴³ Erhamwilda, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), 119-120.

⁴⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* (Jakarta: PT Raja Grafindi Persada, 2007), 37.

- 1) Fungsi Preventif, membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
- 2) Fungsi Kuratif atau Korektif, membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.
- 3) Fungsi Preservatif, membantu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengundang masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama (*in state of good*).
- 4) Fungsi Developmental, membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah bagi dirinya.⁴⁵

c. Prinsip Bimbingan Konseling Islam

Dalam menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling Islam tidak terlepas dari tiga prinsip pokok yang harus dipegang oleh konselor, baik dalam pengembangan potensi individu maupun dalam mengatasi masalah konseli, yaitu:

- 1) Prinsip Iman, berkaitan dengan prinsip-prinsip keyakinan kepada Allah SWT, Malaikatnya, Kitabnya, Rasulnya, hari akhir, dan qadha dan qadarnya. Keimanan yang direalisasikan dengan benar akan melahirkan kepribadian murni yang membentuk enam karakter, yaitu: rabbani, maliki, quraini, rasuli, hari akhir dan qadar dan qadha.
- 2) Prinsip Islam, berkaitan dengan prinsip-prinsip ibadah dan muamalah. Bukti ketaatan dan penyerahan diri hamba kepada Allah swt melalui ibadah yang terwujud dalam perilaku nyata baik jasmani, rohani, seperti shalat, puasa, zakat, dan hajj. Prinsip Islam juga menghasilkan beberapa

⁴⁵ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UI Press, 2001), 37.

karakter antara lain sebagai berikut: syahadatain, mushalli, shaimi, muzakki, dan haji.

- 3) Prinsip Ihsan, berkaitan dengan prinsip-prinsip moral atau etika. Dalam layanan bimbingan dan konseling Islam, layanan yang menggunakan prinsip ini yaitu merasa dirinya di bawah pengawasan Allah swt, bukan karena ingin mendapatkan penghargaan atau upah dan materi. Prinsip ihsan berlaku dalam seluruh aspek kehidupan baik yang berkenaan dengan *hablunminallah* maupun *hablunminannas*.⁴⁶

3. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling Islam berlandaskan pada Al-Qur'an dan Al-Hadits, serta berbagai landasan filosofis dan landasan keimanan. Dari landasan-landasan tersebut dapat dijabarkan asas-asas pelaksanaan Bimbingan dan konseling Islam. Menurut Aunur Rahim Faqih, asas-asas bimbingan dan konseling Islam yaitu sebagai berikut:

a. Asas Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat

Bimbingan dan konseling Islam tujuan akhirnya adalah membantu klien yakni orang yang dibimbing, mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap manusia, yakni kebahagiaan dunia dan akhirat. Semua itu bisa tercapai karena bimbingan yang diberikan adalah berlandaskan ajaran agama islam yang bisa menentramkan hati.

b. Asas Fitrah

Bimbingan dan konseling merupakan bantuan kepada klien untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut.

c. Asas Lillahi ta'ala

Bimbingan dan konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah. Konsekuensi dari asas ini

⁴⁶ Mulyadi, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: Prenada Media, 2016), 110-111.

berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan, tanpa pamrih, sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta bantuan dan konseling pun dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah karena dan untuk pengabdian kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdikan kepadanya.

d. Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia hidup betapapun tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia, dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itulah bimbingan dan konseling Islam diperlukan selama hayat dikandung badan.

e. Asas Kesatuan Jasmaniah Rohaniah

Manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah-rohaniah. Sehingga bimbingan dan konseling Islam memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah tersebut, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan konseling Islam membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah.

f. Asas Keseimbangan Rohaniah

Rohani manusia memiliki unsur daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu serta juga akal. Kemampuan ini merupakan sisi lain kemampuan fundamental potensial untuk mengetahui (mendengar), untuk memperhatikan atau menganalisis (melihat dengan bantuan atau dukungan pikiran), dan menghayati (hati atau afidah dengan dukungan kalbu atau akal).⁴⁷

⁴⁷ Tohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 1992), 19.

g. Asas Kemaufjudan Individu (Eksistensi)

Bimbingan dan konseling Islami, memandang seorang individu merupakan maujud (eksistensi) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial rohaniannya. Artinya individu mampu merealisasikan dirinya secara optimal, termasuk dalam mengambil keputusan.

h. Asas Sosialitas Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini diakui dan diperhatikan dalam bimbingan konseling Islam. Pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan, pada diri sendiri dan orang lain, rasa memiliki dan dimiliki, semuanya merupakan aspek-aspek yang diperhatikan dalam bimbingan dan konseling Islam, karena merupakan ciri hakiki manusia.

i. Asas Kekhalifahan Manusia

Manusia menurut Islam diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar, yaitu sebagai pengelola alam semesta. Dengan kata lain manusia dipandang sebagai makhluk berbudaya yang mengelola alam sekitar sebaik-baiknya. Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidakseimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri. Bimbingan dan fungsinya tersebut untuk kebahagiaan dirinya dan umat manusia.

j. Asas Keselarasan dan Keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi. Sehingga dengan bimbingan dan konseling Islam, individu diajarkan agar mempunyai pikiran untuk berlaku adil

terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta dan juga hak Tuhan.

k. Asas Pembinaan Akhlakul Karimah

Manusia menurut pandangan Islam memiliki sifat-sifat yang baik (mulia), sekaligus mempunyai sifat-sifat yang lemah. Disini bimbingan dan konseling Islam memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang baik dan mulia, seperti berlaku adil kepada semua orang.

l. Asas Kasih Sayang

Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa kasih sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan berlandaskan kasih dan sayang, sebab hanya dengan kasih sayanglah bimbingan dan konseling Islam akan berhasil.

m. Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Dalam bimbingan dan konseling Islam kedudukan konselor dan klien adalah sama atau sederajat, perbedaannya hanya terletak pada fungsinya, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu lagi menerima bantuan. Sehingga yang terjalin diantara kedua pihak adalah saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

n. Asas Musyawarah

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah artinya anatara konselor dan klien terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak saling mendiktekan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

o. Asas Keahlian

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan, keahlian di bidang tertentu, baik keahlian dalam metodologi, teknik-teknik bimbingan dan konseling

maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan bimbingan dan konseling.⁴⁸



⁴⁸ *Ibid.*, 20.





BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara yaitu:

1. Pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara terdiri dari 3 aspek pembinaan mental yaitu:
 - a. Pembinaan mental rohani Islam adalah kegiatan pemberian materi yang bersumber pada nilai-nilai ajaran agama Islam yaitu Al-Qur'an dan Hadits. Pembinaan ini berhasil memelihara dan meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehingga prajurit TNI AL memiliki moral dan akhlak yang baik.
 - b. Pembinaan mental ideologi kebangsaan adalah kegiatan pemberian materi pembinaan kepada prajurit TNI dengan menggunakan materi yang berpedoman pada Pancasila, UUD 1945, wawasan nusantara dan ketahanan nasional. Pembinaan ini berhasil membuat prajurit TNI AL menjadi prajurit yang nasionalisme, sehingga mereka patuh terhadap peraturan, disiplin, berani, jujur, berkerja keras serta mencintai bangsa dan tanah air.
 - c. Pembinaan mental tradisi kejuangan adalah kegiatan pemberian materi yang bersumber pada nilai budaya dan tradisi keprajuritan bangsa Indonesia. Pembinaan ini berhasil membuat prajurit TNI AL memiliki sikap militan

dengan menteladani nilai-nilai kejuangan dari pahlawan terdahulu.

2. Faktor pendukung dan penghambat pembinaan mental untuk meningkatkan kestabilan emosi prajurit TNI AL dalam pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam di Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara yaitu:

- a. Faktor Pendukung

- 1) Adanya dukungan dari pimpinan: dukungan yang diberikan pimpinan berupa motivasi dan fasilitas yang mendukung pelaksanaan pembinaan mental berpengaruh besar terhadap jalannya kegiatan, karena dengan dukungan tersebut prajurit TNI AL akan semakin terdorong untuk lebih semangat dalam mengikuti kegiatan pembinaan mental tersebut.
- 2) Jiwa religius anggota TNI AL: dengan jiwa kereligiusan yang dimiliki, mereka mampu mengikuti pembinaan mental dengan baik khususnya dalam pembinaan mental rohani Islam yang mana akan membuat jiwa kereligiusan mereka semakin terjaga. Dilihat dari ketaatan mereka dalam beribadah yang dijalani di tengah kesibukan latihan dan tugas sebagai prajurit TNI AL.
- 3) Kerukunan hidup antar umat beragama: dengan kerukunan yang terjalin membuat mereka bisa saling menumbuhkan sikap toleransi menghargai dan menghormati dalam perbedaan agama. Hal ini akan membuat komunikasi antar prajurit semakin terjalin dengan baik salah satunya saat mereka mengikuti kegiatan pembinaan mental.
- 4) Lingkungan militer yang disiplin: dengan situasi dan kondisi yang disiplin kegiatan apapun yang dilakukan selama tidak melanggar aturan akan terselenggara dengan baik dan tidak terhambat termasuk kegiatan pembinaan mental prajurit yang dilakukan.

b. Faktor Penghambat

- 1) Perbedaan karakter dan kepribadian antar anggota: dengan adanya perbedaan ini yang mengakibatkan kebingungan bagi Pabintal dalam membina mental prajurit. Karena dengan karakter dan kepribadian prajurit yang berbeda-beda, maka cara yang diberikan dalam pembinaan mentalnya pun akan berbeda.
- 2) Pengaruh lingkungan yang tidak sesuai dengan jiwa TNI AL: unsur-unsur negatif yang ada di lingkungan yang tidak sesuai dengan norma-norma TNI AL dapat menimbulkan pergeseran nilai, sikap dan pandangan hidup prajurit juga ikut diserap serta ditambah dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.
- 3) Tidak adanya struktur organisasi pembinaan mental: dengan tidak adanya struktur organisasi pembinaan mental ini menyebabkan semua tugas pembinaan mental bertumpu pada Pabintal.

B. Saran

Sehubungan dengan kesimpulan dalam penelitian ini maka dalam skripsi ini penulis mencoba memberikan sumbangsih pemikiran sebagai masukan. Adapun saran-saran penulis sebagai berikut:

1. Diharapkan untuk Markas Kimal Kotabumi Lampung Utara, agar lebih mengembangkan kembali program pembinaan mental yang telah ada dengan diadakan struktur organisasi pembinaan mental, supaya pembinaan mental di Markas Kimal Lampung dapat terstruktur dengan baik dan tidak bertumpu pada Pabintal saja. Dan akan lebih baik lagi apabila pembinaan mental bisa dilakukan oleh seorang pembina yang berasal dari jurusan Psikologi atau setingkatnya.
2. Kepada Kepala Kimal Lampung, agar terus menjadikan para prajurit TNI AL lebih baik lagi, baik dalam

pembinaan fisik, pembinaan mental dan pembinaan intelektual agar menjadi prajurit TNI AL yang berkualitas dan profesional.

3. Kepada Pabintal Markas Kimal Lampung, diharapkan agar tetap istiqomah dalam menjalankan tugasnya sebagai penuntun para prajurit TNI AL yang mulia serta inovatif.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- A Hallen. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers. 2002.
- Alim, Muhammad. *Pendidikan Agama Islam*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2011.
- Ali, Sayuti. *Metodologi Penelitian Agama, Pendekatan Teori dan Praktek*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2002.
- A. Mangunhardjana. *Pembinaan Arti dan Metodenya*. Yogyakarta: Kanisius. 1986.
- Aminuddin, et.al. *Pendidikan Agama Islam untuk Perguruan Tinggi Umum*. Bogor: Ghalia Indonesia. 2014.
- Arifin, Bambang Syamsul. *Psikologi Agama*. Bandung: Pustaka Setia. 2008.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta. 2014.
- . *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 1998.
- Badudu, Js & Zain, Sultan Muhammad. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan. 1993.
- Bukhari, Zamaluddin. *Kedudukan Agama dalam Keluarga Masa Depan*. Jakarta: Sinar Harapan. 1990.
- Darajat, Zakiah. *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*. Jakarta: PT. Bulan Bintang. 1975.
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: CV Penerbit Diponegoro. 2006.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka. 1987.
- Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka. 2008.
- Effendi, E. Usman dan Juhaya S. Praja. *Pengantar Psikologi*. Bandung: Angkasa. 1993.
- Erhamwilda. *Konseling Islami*. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2009.
- Faqih, Aunur Rahim. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UI Press. 2001.

- Gunawan, Heri. *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi*. Surakarta : Alfabeta, 2012.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Jakarta: Erlangga. 1980.
- Komalasari, Gantina, E. Wahyuni, dan Karsih. *Asesmen Teknik Nontes dalam Prespektif BK Komprehensif*. Surabaya: INDEKS. 2011.
- Mabes ABRI. *Himpunan Istilah Pembinaan Mental ABRI*. Jakarta: Pusat Pembinaan Mental ABRI. 1990.
- Mabes TNI. *Himpunan Materi Pembinaan Mental TNI*. Jakarta: Dinas Pembinaan Mental. 2000.
- _____. *Naskah Sementara Buku Petunjuk Induk Tentang Pembinaan Mental*. Jakarta: Dinas Pembinaan Mental. 2003.
- Mahmud, Dimyati. *Psikologi Suatu Pengantar*. Yogyakarta: Bpfe. 1990.
- M. Arifin. *Psikologi Dakwah Suatu Pengantar Studi*. Jakarta: Bumi Aksara. 1999.
- Miles dan Huberman. *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: Universitas Indonesia Perss. 1992.
- Mulyadi. *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Prenada Media. 2016.
- Musnamar, Tohari. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Press. 1992.
- Safaria, Triantoro dan Nofrans Eka Saputra. *Managemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara. 2009.
- Segel, Jeane. *Meningkatkan Kecerdasan Emosi*. Jakarta: Citra Aksara.
- Sobur, Alex. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia. 2003.
- Subdit Bintel Diswatpers TNI AU. *Petunjuk Pelaksanaan Lapangan Pembinaan Mental Fungsi Komando*. Jakarta: Kasubditbintel. 1997.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bina Aksara. 2006.
- _____. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2010.
- Sukardi. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT Bumi Raksa. 2003.

- Dewa Ketut dan Nila Kusmawati. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta. 2008.
- Sutoyo, Anwar. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2014.
- Tjandrasa, Meitasari & Muslichah Zarkasih, *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga. 1999.
- Toha, Miftah. *Perilaku Organisasi, Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta: CV. Rajawali. 2010.
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT Raja Grafindi Persada. 2007.
- Willis, Sofyan S. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta. 2013.
- WJS. Poerwadarminta. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka. 1982.
- W.S Winkel dan Sri Hastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi. 2004.
- Yin, Robert K. *Studi Kasus: Desain & Metode*. Jakarta: Rajawali Pers. 2009.
- Yusuf, Syamsu dan A. Juntika Nur Hisan. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya. 2011.

Jurnal/Skripsi

- Ali, M. Yusuf, dan Taufiq Hidayat. "Hubungan Kesetabilan Emosi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani". *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 04. No. 01 (2016): 25-33.
- Bambang Herianto Lubis. "*Metode Bimbingan Rohani Islam Dalam Pembinaan Mental Prajurit TNI AD Rohis Kodam I Bukit Barisan*" (Skripsi, UIN Sumatera Utara Medan, 2019).
- Dian Putra. "*Analisis Pembinaan Mental Rohani Islam di TNI AD Komando Daerah Militer (Kodam) Jaya/Jayakarta Cawang*" (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013).
- Harris Fadhillah. "*Pengaruh Membaca Alquran Terhadap Kestabilan Emosi Siswa Kelas Xi Sma It Abu Bakar*

Yogyakarta” (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2016).

Hendra Setya Kurniawan, Ngabiyanto, Eko Handoyo, “Peran Balai Rehabilitasi Sosial dalam Pembinaan Mental dan Pelatihan Keterampilan Kerja Perempuan Mantan Pekerja Seks Komersial (Studi Kasus di Balai Rehabilitasi Sosial “Wanita Utama” Surakarta)”, *Journal Unnes Civic Education*, Vol. 03. No. 02 (2014): 30-31.

Mariansyah Eka Saputra, “*Urgensi Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah Tsanawiyah Pelita Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran*” (Skripsi, IAIN Raden Intan Lampung, 2012).

Nur Endah Setyowati. “*Pembinaan Mental Beragama Prajurit Batalyon Arhanudse-15 Kodam IV/Diponegoro*” (Skripsi, IAIN Walisongo Semarang, 2008).

Yahdi, Muhammad. “Pembinaan Mental Tentara dalam Perspektif Al-Qur’an”. *Journal of Islamic Education*. Vol. 02. No. 02 (2020): 111.

Internet

WIKIPEDIA. “*Tentara Nasional Indonesia Angkatan Laut*,” id.m.wikipedia.org,
https://id.wikipedia.org/wiki/Tentara_Nasional_Indonesia_Angkatan_Laut (Diakses pada 2 Februari 2021, 09:00)

Wawancara

Bapak Letkol Laut (PM) M. Firdaus, S.H., M.H. Wawancara, 21 Juni 2021.

Bapak Kapten Laut (KH) Badra Bagsana, Wawancara, 24 Juni 2021.

Bapak Sertu Bah Agus Susanto Wawancara, 28 Juni 2021.

Kopka Mes Adi Purwanto, Wawancara, 28 Juni 2021.

Bapak Kopka Amo Oka Mulyanto, Wawancara, 29 Juni 2021.

Bapak Kopka Mer A. Kristian Hulu, Wawancara, 29 Juni 2021.